

التوابل

تصنيفها النباتي ومكوناتها وفوائدها العلاجية

الدكتور محي الدين عمر لبنية

استشاري تغذية بمستشفى الملك فهد ومركز رعاية مرضى السكر
وعضو الهيئة التدريسية بمركز الدراسات العليا
لطب الأسرة والمجتمع بالمدينة المنورة



دار الصابوني

الطبعة الأولى
١٤١٨هـ - ١٩٩٨م





دار الصابوني
للطباعة والنشر والتوزيع
سوريا - حلب - ص.ب: ٨٦٧٠ - تلكس: ٣٣١٦٩٩
لبنان - بيروت - ص.ب: ٥١٣٦ - ١٤

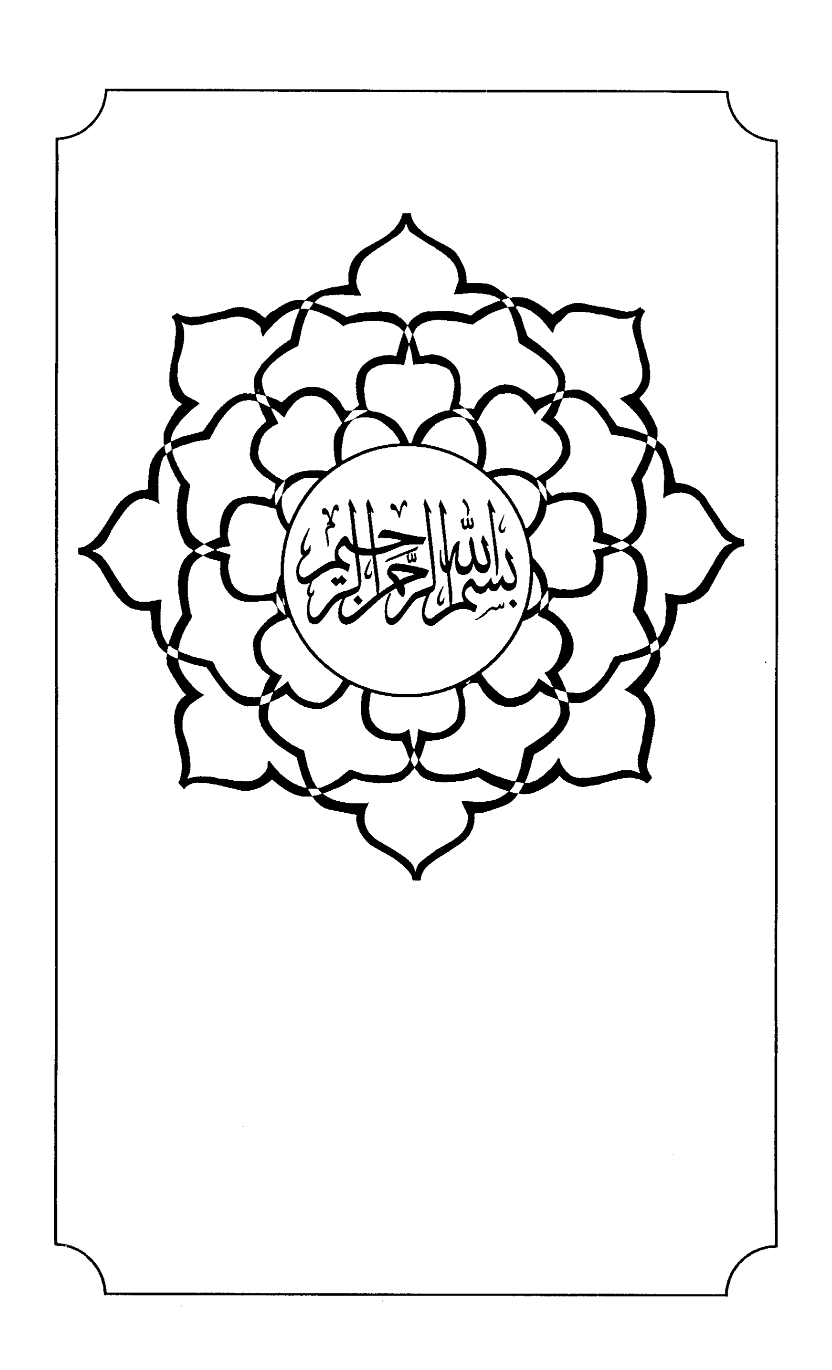


الإهداء

إلى زوجتي........... رمز مودة ووفاء.

وإلى أولادي...... فلذة كبدي.

أهدي هذا الكتاب.


بسم الله الرحمن الرحيم



المقدمة

منذ قديم الزمان اعتاد الإنسان إضافة أجزاء نباتية في صورتها الطازجة أو بعد تجفيفها إلى بعض أطباق طعامه إما أثناء عمليات تحضيرها أو بعده لتحسين مذاقها أو لونها أو قوامها أو تزيينها بهدف زيادة تقبلها واشتهائها ولإدخال السرور في النفس عند تناولها اصطلح تسميتها بالتوابل، ولقد تعددت معانيها في معاجم اللغة العربية فهي: أفاويه وأبراز الطعام وما تعالج به الأطعمة، ويقول المعجم الوسيط التابل: أفاويه الطعام، جمع توابل، والتَبالُ: بائعُ التوابلِ، وتَبلَ الطعام: جعَلَ فيه التَابلَ، ويقال تَبلَ كَلامهُ: ضَمنهُ ما يشُوقُ ويزيلُ السأم مِن فُكاهةٍ ولطفِ حديث، وأتبله: تبله، تبلَ الطعامَ، تَبلهُ، تَوبلَ الطعامَ: تَبلهُ، وفي القاموس المحيط التابلِ: أبرازُ الطعامُ، والتَبالُ: صَاحِبها، وتَبَلُه: ذَهبَ بعقلهِ، وتَبلَ الدَهرُ القومَ: رَماهمْ بِصروفه وأفناهمْ، وتَبلتْ المرأةُ فؤادَ الرجِلِ: أصابته بتبل، وتبل القدر: جعل فيه التابل.

ويقول لسان العرب: أفواهُ الطيبِ: نوافِحَهُ، واحدة فُوه، الجوهري: الأفواهُ ما يعالجُ بهِ الطيبُ، كما أن التوابل ما تعالج به الأطعمة، يقال فوه وأفواه مثل سوق وأسواق ثم أفاويه، قال مُرة: الأفواه ما أعد للطيب من الرياحين وقد تكون الأفَواهُ من البقول، والأفَواهُ: الأصناف والأنواع، والفوهةُ: عروقٌ يُصبغُ بها، وفي التهذيب: الفُوةُ عُروقٌ يُصبغ بها.

وتشابه التوابل لحد ما في عملها ما يعرف بالمواد المضافة إلى

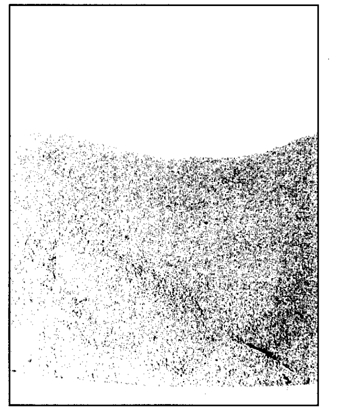
الأغذية food additives وتكون إما طبيعية المصدر أو صناعية، وتختلف طرق استخدام النباتات في تتبيل أطباق الطعام، فتستعمل بعضها في صورتها الجافة في تحضير البهارات spices لإكساب الأغذية مذاقها ورائحتها المميزين مثل الفلفل الأسود والقرنفل وجوز الطيب والقِرفة أو تضاف إلى الأغذية في صورتها الطازجة أو الجافة كالثوم والبصل وأوراق السعتر وأوراق الريحان والكزبرة أو على شكل مسحوق مثل الكمون والهيل والقرنفل أو تستعمل في تلوينها مثل الزعفران والعصفر والكركم، أو لتحسين رائحتها مثل الفانيليا والخلنجان والقرفة والعطرة والشمار والأنيسون والنعناع، أو لجعل مذاقها أفضل كالحلبة والحبة السوداء أو لتحسين قوام الأغذية مثل: الكثيراء والسحلب.

ويصف هذا الكتاب بإسهاب نباتات شاع استعمالها في المجتمعات البشرية في تتبيل الأغذية وأغراض أخرى، ويذكر أسماؤها العربية والأجنبية الشائعة وما تقوله معاجم اللغة العربية عنها وكذلك أسماؤها العلمية ومناطق انتشار نموها ووصفها النباتي والأجزاء المستعملة منها ومكوناتها الغذائية والفعالة صيدلانياً، وأقوال الأطباء القدماء من الإغريق والرومان مثل ديسقوريدس وجالينوس وكذلك الأطباء والعشابون المسلمون الأوائل مثل ابن سينا وأبو بكر الرازي وداود الأنطاكي وابن البيطار، كما يركز الكتاب جُل اهتمامه على ذكر الاستخدامات الطبية لهذه النباتات وفوائدها الغذائية بهدف توسيع المعلومات عنها في ذهن القارئ وأن تكون أساساً لأبحاث علمية جديدة لطلاب العلم في وطننا العربي حول فوائدها في الوقاية وعلاج الأمراض التي تصيبنا في العمر الذي قدره لنا الله تعالى في هذه الحياة.

المدينة المنورة ـ غرة ربيع الثاني ١٤١٨هـ
الدكتور محيي الدين لبنية



الأنيسون



الأنيسون من أقدم النباتات الطبية التي عرفها الإنسان. اهتم بزراعته قدماء المصريين واستخدمه الإغريق والرومان ووصفه عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني ديسقوريدس وبليني Pliny كتابل للأغذية وللمساعدة على هضم وجبات الطعام الثقيلة، دخلت زراعته إلى وسط أوروبا خلال القرون الوسطى وجرب الإنجليز زراعته لكن الطقس في بلادهم لم يناسب نمو نباتاته لأنه يحتاج إلى فصل صيف دافىء جداً.

أسماء النبات وأصنافه

الأَنِيسونْ Aniseed كلمة مشتقة من اللاتينية Anisum وهو اسم النوع النباتي له، وفي العامية الدارجة يعرف باليانسون ومن أسمائه القديمة الكَمونُ الحُلو (في القاموس المحيط) ورازيانجْ رومي (في تذكرة داود الأنطاكي) والاسم العلمي للنبات هو: Pimpinella anisum L. من الفصيلة الخيمية Umbelliferae ، وهناك العديد من الأصناف التجارية لثمار الأنيسون تختلف في لونها وحجمها وملمسها مثل:

١ ـ الصنف الأسباني: تتميز ثماره بحجمها الكبير (٤ ملم) ولونها رمادي أو رمادي بني ولها قمة دقيقة وتصل نسبة الزيت العطري فيه نحو ٣٪.

٢ ـ الصنف الروسي: ثماره أصغر حجماً وأدكن لوناً وأكثر بيضية في شكلها ويصدر منه كميات كبيرة لاستعمالها في استخلاص زيته.

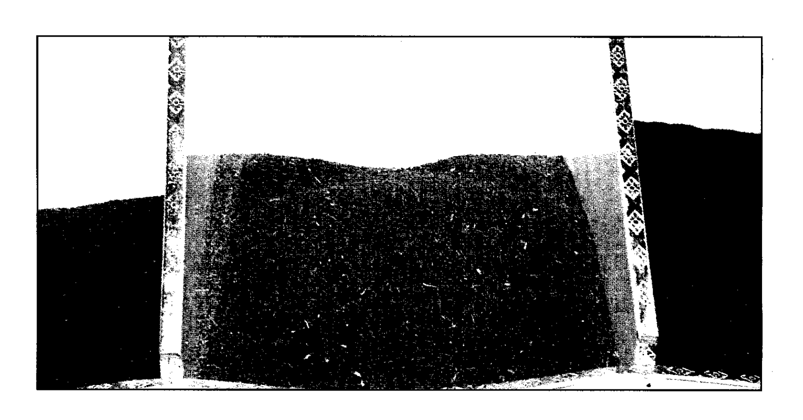
٣ ـ الصنف الهندي: يختلط في أحوال كثيرة بثمار نبات الشوكران hemlock السام، وتكون ثماره ذات سطح أملس ولها حواف مسننة غير منتظمة وليس لها سويقة pedicle ويوجد حز عميق في سويداء الحبة منه.

موطنه ومناطق زراعته

الموطن الأصلي لنبات الأنيسون هو منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط كاليونان ومصر وآسيا الصغرى، وتنتشر زراعته في أوروبا كإسبانيا وألمانيا وإيطاليا وجنوب روسيا وبلغاريا وفي قارة أمريكا مثل تشيلي والمكسيك.

وصفه النباتي

عشب حولي يصل ارتفاعه نحو نصف متر وساقه دقيقة مضلعة تخرج منها فروع طويلة، وتكون أوراقه السفلية ذات معلاق طويل وشكلها قلبي وحوافها مسننة، أما أوراقه العلوية فهي شبه لاطئة ومقسمة إلى فصوص خيطية طويلة وأزهاره على شكل نورة خيمية



صغيرة بيضية الشكل بيضاء اللون تخرج في نهايات الفروع الطويلة، وثماره بيضية مخروطية الشكل يتراوح طولها بين ٣ و ٥ ملم وعرضها ١,٥ ـ ٢ ملم ولونها بني رمادي ومنشقة إلى ثميرتين ولها مذاق أروماتي حلو ورائحة أروماتية تفوح أكثر عند طحنها.

الأجزاء المستعملة منه

تستعمل ثمار النبات المحتوية على زيت عطري يعزى إليه تأثيراته الصيدلانية، ويخزن مسحوقها ولونه أصفر بني أو أخضر بني في مكان جافٍ بعيداً عن الضوء.

مكوناته الفعالة

تحتوي ثمار الأنيسون على زيت عطري بنسبة لا تقل عن ٢٪ و٨ ـ ١١٪ زيت ثابت fixed oil ورماد، و ٧ ـ ٨٪ بروتين، ويكون الزيت المستخلص منه بالتقطير البخاري لا لون له أو أصفر باهت له رائحة خاصة ومذاق أروماتي حلو، وإذا حول هذا الزيت إلى صورته البلورية يجب إذابته تماماً وخلطه قبل استعماله، ويخزن على درجة حرارة لا

تزيد عن ٢٥م داخل أوعية محكمة القفل بعيداً عن الضوء تفادياً حدوث تغيرات فيه خاصةً لأن تركيز مادة الأنيثول anethol الموجود في زيت الأنيسون تصل نسبته نحو ٩٠٪ وهو المكون الرئيس المسؤول عن رائحته القوية وله مذاق حلو ولا لون له أو أصفر باهت، ويستعمل هذا المركب لنفس مجالات استخدام زيت الأنيسون وفي صناعة بعض المستحضرات التجميلية، وتمتاز الكُسبة المتخلفة عن استخلاص الزيت بارتفاع محتواها من البروتين التي تصل إلى ٢١٪ فتستخدم في تغذية الماشية.

في الطب القديم

استعمل الأطباء الإغريق والرومان والمسلمين الأوائل الأنيسون في علاج العديد من الأمراض، وقال ابن سينا عنه: مفتح مع قبض يسير مسكن للأوجاع محلل للرياح وخاصة إن غلي، ينفع من التهيج في الوجه وورم الأطراف، وإن تبخر به واستنشق بخاره سكن الصداع والدوار وإن سحق وخلط بدهن الورد وقطر في الأذن أبرأ ما يعرض في باطنها، ويدر اللبن ويقطع العطش، وينفع من سدد الكبد والطحال ويدر البول ويحرك الباه وربما يعقل البطن ويفتح سدد الكلى والمثاني والرحم ويدفع ضرر السموم والهوام. ويقول «كتاب تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب» لداود الأنطاكي عنه: يحلل النفخ والرياح ويزيل أنواع الصداع البارد وخصوصاً الشقيقة ولو بخوراً وأوجاع الصدر وضيق النفس والإعياء والسعال والاستسقاء والحصى وضعف الكلى والطحال وحمى البلغم والاستياك به يطيب الفم ويجلو الأسنان. وقال العشاب العربي ابن البيطار عنه: فيه حلاوة ومسكن للأوجاع ومعرق ومحلل للرياح بعد غليه ويزيل أنواع الصداع وآلام الصدر وضيق النفس والسعال ويفتت الحصى وينفع الكلى والطحال

ويذهب الخفقان، ويضيف هذا الطبيب القول عنه في موضع آخر: إذا استنشق مسحوق الأنيسون سكن الصداع البارد.

قاطع لرياح البطن

عرف الأطباء القدماء خاصية الأنيسون في قطع رياح البطن carminative ويفيد فيها شرب منقوع ثماره في الماء الساخن أو استعمال زيته أو إضافة ثماره إلى بعض الأغذية، وتعزى هذه الخاصية العلاجية إلى زيته العطري، ويفيد ذلك بشكل خاص في علاج المغص الناشئ عن تجمع الغازات في أمعاء الطفل الرضيع.

طارد البلغم

تستعمل مستحضرات الأنيسون في عمل شرابات السعال لخواص زيته العطري الخفيفة في طرد البلغم (مقشع) ومحسن لمذاقها، ويفيد شرب مغلي ثمار الأنيسون في الماء الساخن لدرجة الغليان عدة مرات كل يوم في طرد البلغم نتيجة حدوث نزلات البرد.

استخداماته الأخرى

تضاف ثمار الأنيسون إلى بعض الأغذية لتحسين طعمها ونكهتها مثل المخبوزات والفطائر والشوربات وغيرها، وعرفت منذ القدم فائدته في تحسين رائحة الفم عند مضغه في الفم، ويستعمل زيت الأنيسون في تحضير مشروب غولي في سوريا ولبنان يسمى العرق يكسبه رائحته.

شاي الأنيسون

يستعمل بعض العامة شاي الأنيسون aniseed tea في علاج المغص المعوي الناشئ عن تجمع الغازات في الأمعاء والسعال والربو الشعبي وغيرها ويحضر بإضافة الماء الساخن إلى درجة الغليان على ملعقتين صغيرتين من ثمار الأنيسون توضع داخل كأس ثم يحلى بالسكر أو بالعسل قبل شربه مرة واحدة أو أكثر كل يوم.

نبات مشابه

هناك نبات يشابه الأنيسون المعروف يسمى أنيسون النجمة star anise و star anise fruit تستعمل أيضاً ثماره، واسمه العلمي Illicum verum وهو من فصيلة نباتية أخرى تعرف بـ Magnoliaceae تحتوي ثماره الناضجة الجافة على زيت عطري له خواص مشابهة بدرجة كبيرة لزيت الأنيسون.

مراجع البحث

1- Colin,I. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. p.26.
Arlington book, king st., St. James, s, London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia.p.1060.
The pharmaceutical press, London, England.

3- Wallis,. T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P.245. Pitman Tindall, East bourne, England.

4- Trease, G.E., and Evans, W.C. (1985).
Pharamacognosy. P.108,416,429-431,.Bailliere Tindall,
East bourne, England.

٥ ـ ابن البيطار.
الطب العربي (الدرة البهية في منافع الأبدان الإنسانية). ص٨٤، ١٨٥، دار العلم، بيروت، لبنان.

٦ ـ ابن سينا.
القانون في الطب. ج١، ص٢٤٣، دار صادر، بيروت، لبنان.

٧ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٥٤، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج. م. ع.

٨ ـ رويحة، د. أمين (١٩٨٣).
التداوي بالأعشاب. ص٦٠، دار القلم، بيروت، لبنان.

٩ ـ العودات، د. محمد ولحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٥١. دار الأهالي، دمشق، سورية.

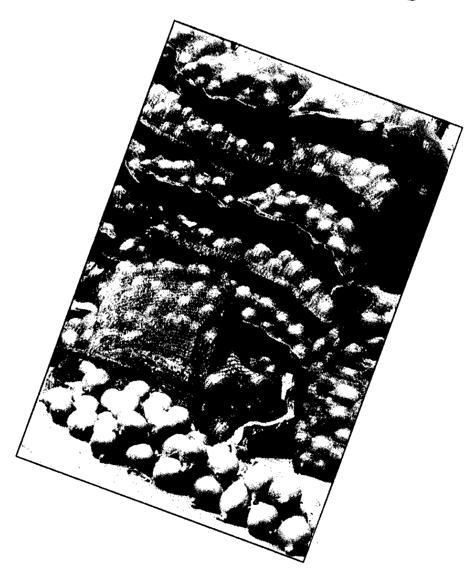
١٠ ـ قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص٣٦، دار النفائس، بيروت، لبنان.

* * *



البصل (*)

منذ أقدم العصور عرف الإنسان البصل وذكره المؤرخ هيرودوت وورد اسمه في كتابات الفراعنة على جدران الأهرامات والمعابد وأوراق البردي واعتادوا وضع البصل داخل توابيت موتاهم لاعتقادهم بأنه يساعد الموتى على التنفس عندما ترجع إليهم أرواحهم، وكانوا يمتنعون عن أكله في الأعياد كي لا تسيل دموعهم فيها، وكان يوزع ضمن الطعام المخصص للعمال الذين اشتغلوا في بناء أهرامات الجيزة، كما وصفه أطباء الإغريق والرومان مثل ديسقوريدس وجالينوس في علاج العديد من الأمراض.



وحظي البصل باهتمام الأطباء المسلمون الأوائل لوجوده في البيئة التي عاشوا فيها وما عرفوه عنه من الحضارات البشرية التي جاءت قبلهم، وذكر فوائده مشاهيرهم مثل ابن سينا والرازي وابن البيطار وداود الأنطاكي في مؤلفاتهم.

(*) نشر هذا البحث بالمجلة العربية ـ العدد ٢٤٤. تشرين الثاني ١٩٩٧.

تصنيفه النباتي

في لسان العرب البَصلُ: مَعروفٌ، الواحدةُ بَصلةٌ، وتُشبهُ به بَيضةُ الحديدْ، وقِشرٌ متبَصلْ: كَثيرُ القُشورِ، قال لبيد:

فَخَمةٌ وَفَراءَ تَرتَى بالعرى　　قُردمانيا وتَركاً كالبصلِ

وبالإنجليزية onion واسمه العلمي .Allium cepa L وهو من الفصيلة الزنبقية Liliaceae وتضم أيضاً الكرات وبصيلات التواليب tulip والياقوتية - وهي زهرة جميلة hyacinth - والثوم المعمر chives والكرات الأندلسي shallots وجميعها لها بصلة تنمو تحت سطح التربة تخرج منها ساق تحمل الأوراق والأزهار.

وصفه النباتي

أتقن «المعجم الوسيط» في وصف البصل بقوله: البصلة جسم نبتة محوري ينمو تحت الثرى، وله جذور دقيقة تضرب تحته وأغصان ترتفع قليلاً فوق سطح الأرض، ومنه المغلف الذي يؤكل وغير المغلف كالبصلة: السوسن وبيضة الرأس، والبصل له أصناف كثيرة تختلف في لون قشورها وأحجامها وفي نسب مكوناتها فالأبيض يحتوي على نسبة من الرطوبة أعلى من النوعين البني والأحمر فلا يمكن تخزينه فترة طويلة.

مكوناته الغذائية

يستعمل البصل في صورته الطازجة أو المطبوخة أو المجففة على شكل شرائح في تحضير العديد من أطباق الطعام، ويوفر كل مائة جرام

من البصل الطازج ما يلي: ٠,٧ جم بروتين و٠,١ جم كربوهيدرات وطاقة حرارية ٤٤ سعراً حرارياً و٥٠ وحدة دولية من فيتامين أ و٣٠ ملجم كالسيوم و٠,٥ ملجم حديد و٠,٣ ملجم فيتامين ب ١ و٠,٠٤ ملجم فيتامين ب٢ و٠,٢ ملجم حمض النيكوتنيك و٠,٨ ملجم فيتامين ج، بينما تحتوي كل مائة جرام من سيقان البصل الأخضر وأوراقه على المكونات التالية: ٠,٩ جم بروتين و٠,٢ جم دهن و٨,٩ جم كربوهيدرات وطاقة حرارية ٤١ سعراً حرارياً و٩٩٣ وحدة دولية من فيتامين أ، وهو مصدر جيد للكاروتين (مولد فيتامين أ) يفوق ما يوفره البصل المخزن، ويؤدي تخزين البصل فترة طويلة إلى فقده جزء من محتواه المائي وبالتالي زيادة شدة رائحته، ويستخلص زيت من القشور المفصولة من البصل في مصانع تجفيفه على شكل رقائق أو مسحوق.

مركباته الصيدلانية

يحتوي البصل على مركب أليسين (allyl propyl disulphide) Allicin المسؤول عن رائحته ومذاقه المميزين. وتسبب رائحته عند تقطيعه إسالة الدموع وتمتص في الأمعاء ويحملها الدم إلى الرئتين ثم يخرج معظمها مع هواء الزفير وأقلها مع اللعاب في الفم، ويفقد مركب أليسين عند تحلله فعاليته العلاجية وتسبب عملية طبخ البصل أو تحميره في الزيت على النار تطاير معظم زيته العطري. ونجح العلماء حديثاً في فصل مركب بروستاجلاندين أ prostaglandin a من البصل الطازج وكان الاستخلاص الأول من نوعه لهذا الهرمون من المملكة النباتية وتضم مركبات البروستاجلاندين عدداً كبيراً من المواد الفعالة حيوياً ولها نشاط واسع المدى في جسم الإنسان ولا زالت جميع أدوارها الوظيفية غير معروفة تماماً، ويؤدي وجود هذه المركبات إلى كثرة فوائد البصل ضد بعض الأمراض.

تنوعت استخدامات البصل في الطب القديم، وقال عنه عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني ديسقوريدس: المدور الأحمر منه أشد حرافة من الأبيض، واليابس أشد حرافة من الطري، والطري النيئ منه أشد حرافة من المشوي ومن المعمول بالخل والملح، وكل البصل مولد للرياح، فاتق الشهية للطعام، ملطف ومنعش مغث مقيء وينفع البصر وملين البطن مفتح لأفواه العروق والبواسير. وماء البصل إذا اكتحل به مع العسل نفع من ضعف البصر ومن القرحة العارضة في العين التي يقال لها إرعاماً، وإذا استعط به نقى الرأس، وقد يعمل من مائه ضماد لعضة الكلب إذا خلط بماء وسذاب وعسل، وإذا خلط بالخل وتلطخ به في الشمس أبرأ البهق وإذا خلط بالملح ووضع على الثآليل ذهب بها. ومما قاله جالينوس عن البصل: جوهره غليظ فإذا طلي بالخل منه في الشمس على موضع البهق أذهبه، وإذا دلك به داء الثعلب أنبت فيه الشعر أسرع ما ينبته زبد البحر.

ومما قاله ابن سينا في كتابه «القانون في الطب» عن البصل: فيه قبض وله جلاء ومفتح قوي وهو يجذب الدم إلى الخارج فيحمر الجلد والوجه وماؤه ينفع القروح الوسخة، وإذا سعط بمائه نقى الرأس، ويقطر في الأذن لثقل الرأس والطنين ويكثر اللعاب، عصارة المأكول منه ينفع من الماء النازل من العين ويجلو البصر...، وقال أبو بكر الرازي عنه: إذا خُلل البصل قلت حرافته وقوى المعدة، والبصل المخلل فاتق للشهية، وقال ابن البيطار عنه: ملطف معطش ملين إذا طبخ كان أشد إدراراً للبول يزيد الباه إن أكل مسلوقاً بالماء، وذكر داود الأنطاكي فوائد كثيرة للبصل في كتابه «تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب» منها: البصل الأبيض هو أجوده، فيه رطوبة يقطع الأخلاط اللزجة يفتح السدد، يدر البول، ويدر الحيض ويفتت

الحصى وماؤه - عصيره - ينقي الدماغ سعوطاً ويقطع الحكة والجرب ويستعمل كحلًا مع العسل، ومع الملح يقطع الكلف والقروح والثآليل ويداوي السموم مع التين، ويعيد الشهية للطعام التي انقطعت مع الخل ويفتح البواسير، وإذا دلك به البدن حسن لونه وحمره وأذهب أوساخه، وعصارته تنقي الأذان والسمع وإن عتق يشفي داء الثعلب عند دلك الرأس به مع النطرون.

خافض لضغط الدم

ارتبط قديماً استعمال البصل في الطب الشعبي في علاج ارتفاع ضغط الدم الشرياني، وتأكدت هذه الفائدة حديثاً بعد اكتشاف وجود هرمون البروستاجلاندين (أ) في البصل الطازج الذي له تأثيرات مخفضة لمستوى ضغط الدم عند إعطائه عن طريق الحقن الوريدي، مما زاد أهمية دور البصل في علاج هذه الحالة المرضية، لكن إعطاء هذا الهرمون عن طريق الفم - وهو بروتين في تركيبه - يتحلل بفعل العصارة المعدية فيفقد نشاطه الحيوي في الجسم.

يضاد تكوين الخثرات الدموية

نشرت تقارير عديدة عن أهمية تناول البصل في الوقاية ضد تكوين الخثرات الدموية في الشرايين لقدرته على تقليل فرص تجمع الصفائح الدموية وتحلل الخثرات المتكونة fibrinolysis في الدم، واكتشف العالمان اليابانيان مورميتسو Morimistu وكاواشي Kawashi في دراستهما المنشورة بمجلة لانست Lancet عام ١٩٨٨ أن المركب 1-methyl -sulphinyl- propyl methyl disulphide يمكنه تثبيط تجمع الصفائح الدموية للإنسان في المختبر in vitro، وهذا له فائدته الوقائية بشكل خاص في الأشخاص الذين يعانون من أمراض انسدادية وعائية

vascular occlusive، فيفيد أكلهم البصل الطازج في تقليل خطر حدوث انسداد خثري في أحد الشرايين الكبيرة التي تغذي عضلة القلب وحدوث الذبحة الصدرية Angina pectoris أو حدوث انسداد خثري في المخ ومن ثم السكتة الدماغية (النشبة) stroke وخطرهما الشديد على صحتهم.

في علاج ارتفاع دهون الدم

أكدت العديد من الدراسات العلمية أهمية تناول البصل للوقاية ضد ارتفاع دهون الدم وفي خفض تركيزها المرتفع في الدم ويفيد ذلك بشكل كبير مرضى القلب والدورة الدموية، واكتشف بعض العلماء أن الأشخاص النباتيين الذين لا يتناولون البصل أو الثوم أو يحتوي طعامهم على القليل منهما (أقل من ١٠٠ جم من الثوم و٢٠٠ جم من البصل كل أسبوع) عانوا ارتفاعاً أكبر في مستوى البروتينات الدهنية من نوع بيتا b-lipoproteins عن الأشخاص الآخرين الذين تناولوا ٦٠٠ جم من البصل أو ٥٠٠ جم من الثوم أسبوعياً.

يضاد ارتفاع الكوليسترول

البصل يشابه الثوم في تأثيراته الوقائية المضادة لارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم الذي قد يترسب على الجدران الداخلية للأوعية الدموية ويسبب حدوث حالة تصلب الشرايين، ويفيد إعطاء البصل لمرضى القلب الذين يعانون من احتشاء العضلة القلبية myocardial Infarction والذبحة الصدرية في تحسين أحوالهم الصحية.

في علاج النزلات المعوية



يفيد تناول البصل الطازج في تخفيف الأعراض المرضية للنزلات المعوية الناشئة عن تلوث جرثومي للطعام والشراب ويعزى ذلك إلى محتواه من مركب أليسين الفعال ضد نمو وتكاثر الجراثيم السالبة والموجبة لصبغة جرام في القولون، وبلا شك هناك حاجة إلى إجراء المزيد من الأبحاث العلمية على البصل للكشف عن فوائد طبية أخرى خاصةً بعد نجاح فصل هرمون البروستاجلاندين Prostaglanidin منه، ويعتقد بعض عامة الناس بفائدة البصل لمرضى السكر في خفض مستوى السكر لديهم، والواقع ليست هناك دلائل علمية تؤكد ذلك.



مراجع البحث

1- Anon. (1989).
Onion and platlets. Lancet 2;230 (letter).

2- Antia, F.P.(1985).
Clinical dietetics and nutrition. p278.
Oxford university press, London. England.

3- Bender, A.E.(1980).
Dictionary of nutrition and food technology. p145.
Butterworths Co, London, England.

4- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia.p.1597.
The pharmaceutical press, London, England.

4- Tyler, V.E. et al (1980).
Pharmacognosy. P482. Lea & Febiger, Philadelphia, U.S.A.

٥ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الأول، ص١٣٢، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٦ - ابن سينا.
القانون في الطب. ص٢٥. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٧ - ابن قيم الجوزية.
الطب النبوي، ص٢٢٣، دار إحياء التراث العربي، بيروت، لبنان.

٨ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٨٧، دار الثقافة الدينية، القاهرة،ج.م.ع.

٩ ـ قدامة، أحمد (**١٩٨٥**).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص**٥٧**، دار النفائس، بيروت، لبنان.

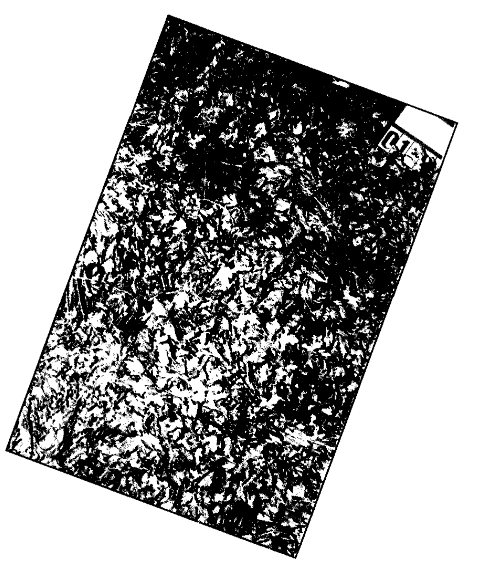
١٠ ـ لبنية، د. محيي الدين (**١٩٩١**).
البصل والثوم في علاج الأمراض. مجلة أهلًا وسهلًا، العدد التاسع، سبتمبر (أيلول)، ص**٤٢**.

* * *



البقدونس

لم يعرف الإنسان قديماً البقدونس كجنس نباتي مستقل وإنما نوعاً للكرفس المعروف الآن، واختلط الحديث في المراجع القديمة عن فوائد البقدونس مع غيره من النباتات المشابهة له والدليل على ذلك ما ذكره عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني ديسقوريدس وصاحب القانون - ابن سينا عن أصناف نبات الكرفس ولم تذكر معاجم اللغة العربية ولا كتب الطب النبوي العديدة البقدونس وإنما الكرفس، ويقول لسان العرب: الكرفس بفتح الكاف والراء: بقلة من أحرار البقول معروف قيل هو دخيل، وفي القاموس المحيط: هو بَقلٌ معروفٌ عظيم المنافع، والبقدونس من الخضروات الورقية التي شاع استعمالها كتابل في العديد من أطباق الطعام وقد يضاف إلى الشوربات وبعض الأغذية وسلطة الخضروات وغيرها.



أسماء النبات

عرف البقدونس بالبقّدَنوسْ وأصلهُ (المقدونس)، ويقال أنها مأخوذة من كلمة مقدونيا في بلاد الإغريق وهي موطنه الأصلي كما قاله البعض، وقيل أيضاً أن أصله من جزيرة سردينيا في البحر الأبيض المتوسط، وذكره ابن سينا باسم البطراسليون وهي كلمة يونانية معربة منذ القدم وسمي أيضاً الكرفس الرومي، وبالإنجليزية Parsley واسمه العلمي: Petroselinum crispum و P.sativum وهو من الفصيلة الخيمية Umbelliferae.

وصفه النباتي

عشب حولي أو معمر تنثر بذوره بالأيدي لزراعته في أحواض بالبساتين أو الحدائق، وتكون سوقه وفروعه رفيعة وسهلة الكسر وتحمل في نهاياتها أوراق مركبة مفصصة إلى ثلاثة وريقات، وتقطع عادة فروع النبات على بعد ١٥ سم أو أكثر من سطح الأرض، ويمكن الحصول على عدة حشات من نباتاته كل عام عند توفر حجم كاف من ماء الري.

فوائده الغذائية

البقدونس هو عشب مطبخي culinary herb يستعمل بشكل واسع في سلطة الخضروات والتبولة وفي تزيين أطباق الطعام، وقد يضاف إلى الشوربات، ويؤكل في صورته الطازجة أو مطبوخاً أو بعد تجفيفه وهو مصدر طبيعي للكاروتين ـ مولد فيتامين أ ـ الموجود بنسبة مرتفعة في أوراقه وغني بفيتامين ج، ويحتوي على عناصر معدنية كالبوتاسيوم

والصوديوم والفوسفور وخاصة الحديد، وتمتاز سوق النبات بشكل خاص بقوامها الليفي.

في الطب القديم

منذ زمن بعيد عرفت الفوائد الصحية للبقدونس، واستعمل الأطباء القدماء ومنهم العرب أوراقه وعروقه وجذوره وبذوره في علاج العديد من أمراضهم، ومما قاله عنه ابن سينا في كتابه «القانون في الطب»: جيد للمثانة ويسكن النفخ العارض في المقعدة ويشرب خاصة للاستسقاء نافع في أدوار الحمى وإذا شرب أصل الكرفس البري - أي البقدونس - وافق نهش الهوام.

يحلل رياح البطن

استعمل نبات البقدونس قديماً وخاصة مغلي بذوره لارتفاع محتواها من المركبات الفعالة في قطع رياح البطن carminative وإزالة النفخ في القولون flatulence وتعزى هذه الخاصية المفيدة إلى الزيت العطري الموجود بنسب مختلفة في أجزائه الخضراء، ويفيد استخدام البقدونس الطازج في سلطة الخضروات وفي تزيين أطباق الطعام الدسمة والمحتوية على بذور البقول الجافة المطبوخة كالفول المدمس والحمص لتخفيف الشكوى من رياح البطن التي تسبب حدوثها.

يدر دم الحيض

عرفت قديماً فائدة البقدونس في إدرار دم الحيض للمرأة عند تأخر حدوثه emnagogue، وأكدت الدراسات الحديثة ذلك لاحتواء

بذور سلالات نباتية منه على مركب أبيول apiol (dimethoxysafrole) بنسبة ٦٠ ـ ٨٠٪ في الزيت العطري، ويستبدل في بعضها الآخر معظم الأبيول بمركب ميرستسين وكلا هذان المركبان لهما فعالية في تنشيط تقلص عضلات الرحم، لذا يفيد حصول المرأة على زيت بذور البقدونس الغني بهما في علاج تأخر حدوث الحيض، لكن يؤدي تناول المرأة الحامل زيت البقدونس عن طريق الفم أو استعماله موضعياً داخل الرحم إلى إجهاضها.

يضاد الإمساك

أكد العلم الحديث فائدة تناول البقدونس الطازج كغيره من الخضروات الورقية في أطباق السلطة لتليين البطن والوقاية من حدوث الإمساك وفي علاجه، ويعزى تأثيرها الملين إلى قوامها الليفي ومساهمتها في زيادة حجم الفضلات داخل الأمعاء مما يسهل خروجها من الجسم.

في الطب الشعبي

تعددت استخدامات نبات البقدونس بأجزائه في الطب الشعبي مثل:

- يشجع إدرار اللبن عند هرس أوراقه ووضعها على ثدي الأم المرضع.

- إذا نقعت أوراق البقدونس في الغول (الكحول) ووضعت على ورم أو زرقة في الجلد أزالتهما.

- يزيد الشهية للطعام ويسهل الهضم ويوضح الرؤيا عند الشيوخ

ويقوي أجسام الأطفال والحوامل والرياضيين ويقوي الذاكرة وينشط الجهازين العصبي والتناسلي.

● يعتقد البعض بفائدة أوراق البقدونس المهروسة في عمل لبخات للجروح والرضوض والأورام، ويقطر عصير البقدونس الطازج في العين الملتهبة والمصابة بالرمد.

● يستعمل الزيت المستخلص من بذور البقدونس في علاج الضعف الجنسي في الرجال ومهدئ عام للأعصاب وفي تسكين آلام المعدة والسرطان وفي علاج فقر الدم والكساح وداء الحفر وجفاف العين والتسمم وموسع للأوعية الدموية ومجدد للشعيرات الدموية.

مراجع البحث

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food techonology. p152.
Butterwkorths Co., London, England.

2- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P419. Bailliere Tindall, East bourne, England.

3- Tyler, V.E. et al (1981).
Pharmacognosy. P492.
Lea 8; Febiger, Philadelphia, U.S.A.

٤ - ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، ص١٥٧، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٥ - ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج٦، ص١٩٦، دار صادر، بيروت، لبنان.

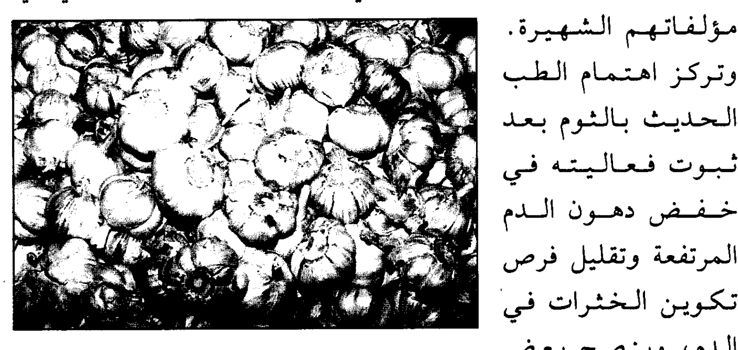
٦ ـ الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص٧٣٥، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

٧ ـ قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات. ص٧٤، دار النفائس، بيروت، لبنان.



الثوم

منذ آلاف السنين عرف الإنسان الثوم واستخدمه في طعامه وفي علاج بعض أمراضه، وذكر فوائده أطباء الإغريق والرومان ثم الأطباء المسلمون الأوائل كابن سينا والقزويني وابن البيطار وداود الأنطاكي في مؤلفاتهم الشهيرة.



وتركز اهتمام الطب الحديث بالثوم بعد ثبوت فعاليته في خفض دهون الدم المرتفعة وتقليل فرص تكوين الخثرات في الدم، وينصح بعض الأطباء كما في الفلبين المرضى بتناول فصوص الثوم بشكل منتظم عند شكواهم من اضطرابات في الدورة الدموية circulatory disorders، وأشار تقرير علمي للدكتور أنسل كي Ancel Key إلى انخفاض معدل حدوث أمراض القلب الإكليلي coronary Heart diseases بين سكان دول جنوب أوروبا عزاه حسب رأيه إلى تناولهم الثوم بكثرة في طعامهم على العكس من القاطنين في شمال أوروبا، ويضاف الثوم في صورته الطازجة أو الجافة كتابل إلى أطباق الطعام المختلفة كالأسماك واللحوم والدواجن فيكسبها مذاقه ونكهته المميزين، وتباع مستحضراته

الصيدلانية كبديل عن الطازج منه، ولا يسبب استخدامها الطويل أي تأثيرات جانبية على صحة الإنسان.

تصنيفه النباتي

يقول لسان العرب: الثَّوَمُ هذه البقلةُ معروفٌ، وهي ببلاد العرب كثيرة منها بَريٌّ ومنها ريفِي واحدته ثُومةٌ، ويعرف أيضاً بالفُوم كقول بعض المفسرين ودليله قوله تعالى: ﴿وَإِذْ قُلْتُمْ يَـٰمُوسَىٰ لَن نَّصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَٰحِدٍ فَٱدْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنۢبِتُ ٱلْأَرْضُ مِنۢ بَقْلِهَا وَقِثَّآئِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِهَا وَبَصَلِهَا﴾ [٦٢ ـ البقرة]. ويتبع الثوم والبصل جنساً نباتياً واحداً هو Allium Sp وتعني الحروف All باللاتينية (الحار) إشارة إلى مذاقه اللاذع، واسمه العلمي هو: Allium Sativum من الفصيلة الزنبقية Liliaceae. والثوم من محاصيل الخضروات ويزرع في مناطق كثيرة في العالم وتنتشر نمواته البرية في جزيرة صقليا وإيطاليا وجنوب فرنسا وغيرها.

في علاج النزلات المعوية

يحتوي الثوم على مركبات مشتقة من أليين Alliin ويتكسر هذا المركب بواسطة أنزيم إليينز Alliinase الموجود طبيعياً فيه، ويتحرر عند هرس فصوص الثوم أسترات أحماض ثيوسلفونيم thiosulphonium كنواتج هدم ثانوية، ومن مكونات الثوم مركب أليسين (alcin) (allyl propyl disulphide) وهو المسؤول عن رائحته المميزة عند هرسه ويمثل ٩٦٪ من زيت الثوم، ويتكسر هذا المركب ذاتياً في وجود الهواء والماء إلى مركبات أخرى غير ثابتة ليست لها فعالية علاجية، وقد تحدث تفاعلات بينهما، كما يسبب تسخين الثوم بالبخار أو تحميره

بالزيت أثناء الطبخ إلى تحطم مركب أليسين إلى مخلوط من مركبات داي أليل كبرتيد di-ally sulphides المسؤول عن رائحة الثوم عند طبخه، ويحتوي الثوم على كربوهيدرات تعرف بسنسترين cinistrin و١٦ حمضاً أمينياً ومركبان مضادان للجراثيم هما أليستاتين allistatine وجارلسين garlicine وليس لمركب أليين رائحة ويوجد بنسبة ١و٠ ـ ١,٢٪ في فصوص الثوم، وتختلف مستحضرات الثوم الصيدلانية عن الثوم الطازج في نسب محتواها من مركباته الفعالة، وتضمن الشركة المصنعة للمستحضر الصيدلاني للثوم Kwai حسب قولها وجود ١,٣٪ من مركب أليين و٠,٦ أليسين فيه، ويعزى معظم النشاط الدوائي للثوم للمركب أليسين ومشتقاته المسؤولة عن رائحته المميزة، وعند إزالة هذه الرائحة تقل فعاليته في وجود جميع مكوناته معاً.

في الطب القديم

شاع في الطب القديم استعمال الثوم في علاج العديد من الأمراض، قال عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني ديسقوريدس عنه: قوته حارة مسخنة مخرجة للنفخ في البطن ومحرقة ومجففة للمعدة محدثة للعطش محرقة للجلد ويدر البول وقد يتضمد به، وإذا أكل نيئاً أو مشوياً أو مطبوخاً صفى الحلق وسكن السعال المزمن. وقال الطبيب اليوناني الشهير هيبوقراط ـ الملقب «أبو الطب» ـ الذي عاش بين عامي ٣٧٠ و٤٦٠ قبل الميلاد عن الثوم: محرك للريح في البطن والسخونة في الصدر والثقل في الرأس والعين ويهيج على أكله كل مرض يعرض له قبل ذلك، وأفضل ما فيه أنه يدر البول، وقال جالينوس الذي كان أشهر أطباء أباطرة روما في زمانه عنه: الثوم في الشتاء له منافع عظيمة لأنه يسخن الأخلاط الباردة وينفع الغليظة اللزجة التي تغلب في الشتاء على البدن، كما برع الأطباء المسلمون الأوائل

في ذكر فوائده في مؤلفاتهم، وقال عنه صاحب القانون - ابن سينا: ملين يحل النفخ جيداً ومشويه يسكن وجع الأسنان، وكذلك المضمضة بطبيخه يصفي الحلق وينفع من السعال المزمن ومن أوجاع الصدر من البرد، وقال عنه العشاب العربي الشهير ابن البيطار: محرك للريح في البطن والسخونة في الصدر وفي الرأس والعين ويلين البطن ويخرج الديدان، ومما قاله عنه داود الأنطاكي في كتابه «تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب»: ينفع من السعال والربو وضيق النفس وقروح المعدة والرياح الغليظة والسدد والطحال واليرقان والمفاصل وعرق النسا ويدر الحيض ويحلل الأورام وحصى الكلى ويقطع البلغم والرعشة أكلًا، والقروح، والسعفة (من أمراض العين)، وداء الثعلب (القراع)، والدمامل طلاءً بالعسل ويطلق البطن (يحدث إسهالًا) ويخرج الديدان ويمنع توالدها ويصفي الصوت.

في علاج ارتفاع ضغط الدم

تماثل زيادة مستوى ضغط الدم في حدوث أمراض القلب الإكليلي في الإنسان ارتفاع مستوى الدهون في الدم، ويؤدي ارتفاع ضغط الدم المزمن إلى حدوث أمراض في الكلى والسكتة الدماغية stroke، وينجح العلاج الدوائي في تقليل حدوث ارتفاع ضغط الدم وتخفيف شدته وبالتالي تجنب مخاطره الصحية، لكن الاستعمال الطويل للأدوية له تأثيرات جانبية على الصحة، مما دفع العلماء للبحث عن وسائل وقائية غير دوائية ضد ارتفاع ضغط الدم مثل إنقاص وزن الجسم وممارسة الرياضة البدنية، وتقييد استعمال الملح في الطعام وعدم شرب المسكرات، وعرفت فائدة حقن مستخلصات الثوم عن طريق الوريد لحيوانات التجارب في حدوث انخفاض بسيط في ضغط دمها، وصاحب إعطاء الثوم عن طريق الفم للقطط والكلاب انخفاض

مستوى ضغط دمها المرتفع وعاد إلى مستواه الطبيعي لها، كما نجح إعطائها ٢,٥ ـ ٥ ملجم من المستخلص الغولي للثوم في تقليل مستوى ضغط دمها بين ١٠ و٥٠ ملم زئبقي، وأكدت تجارب علمية أخرى على الحيوانات فائدة الثوم في خفض ضغط الدم المرتفع لديها، ونجح الدكتور بتكوف Petkov في دراسته السريرية على الثوم إنقاص ضغط الدم الانبساطي إلى مستواه الطبيعي في خمسة مرضى عانوا ارتفاعاً فيه، وانخفض ضغط الدم المرتفع في ثلاثين مريضاً آخر ٤ ـ ٢٠ ملم زئبقي، وقل ضغط الدم الانقباضي في عشرة مرضى آخرين ٨ ـ ٣٣ ملم زئبقي نتيجة تناولهم الثوم في طعامهم، وأظهرت دراسات أخرى حديثة فائدة تناول مرضى ارتفاع ضغط الدم المرتفع مسحوق الثوم الجاف (حبوب كواي Kwai) في خفض مستواه بمتوسط ٩٪ عند استعمالهم ٠,٦ جم مسحوق الثوم كل يوم، ويفيد الثوم في علاج الكثير من حالات ارتفاع ضغط الدم الخفيف وليس جميعها.

إعاقة تكوين الخثرات الدموية

أكدت الدراسات العلمية الحديثة فائدة تناول الثوم ضد تكوين الخثرات الدموية blood coagulation أو تجمع الصفيحات الدموية اللتان تهيئان حدوث أعراض مرضية خطيرة في القلب مثل حدوث انسداد في أحد شرايينه بعد ضيق قطرها وتصلب جدرانها، وتكون حالة الاستعداد الشديد لتكوين الخثرات الدموية في الدورة الدموية للإنسان ذات خطورة على حياة مرضى القلب الإكليلي Coronary heart disease، وفي الأحوال الطبيعية يتخثر الدم بسرعة في موضع الإصابة لتجنب حدوث نزيف دموي شديد فيه وفي نفس الوقت لا تتكون خثرات دموية بشكل غير طبيعي فيه تعيق الدورة الدموية، وهذا يعني أهمية وجود حالة اتزان بين تجلط الدم ونظام تحلل الخثرات الدموية fibrinolysis activity الذي

يكسر المتكون منها. ونشرت العديد من التقارير العلمية عن أهمية الثوم في تعزيز عملية تحلل الفبرين Fibrin وربما إعاقة التصاق الصفائح الدموية ومنع تجمعها مع بعضها، وأظهرت الدراسات على حيوانات التجارب (الأرانب) زيادة في النشاط التحللي للفبرين بين ٨٥ ـ ١٠٠٪ في دمها بعد إعطائها زيت الثوم بمعدل ٠,٥ جم لكل كجم من وزنها كل يوم، ولوحظت في الإنسان ردود فعل إيجابية للثوم عندما أعطي أربعون متطوعاً أغذية غنية بالدهون بدون ثوم فترة ثلاث أسابيع، فقل النشاط التحللي في دمائهم نحو ٢٢٪ وزاد في نفس الوقت زمن التصاق الصفائح الدموية لديهم، وحصل عشرين شخصاً آخرين على زيت الثوم على شكل جرعات مقدارها ٠,٢٥ ملجم لكل كجم من وزن الجسم كل يوم مع طعام خاص ذو محتوى مرتفع من الدهون، فلوحظ زيادة في نشاط تحلل الفبرين لديهم مقدارها نحو ٣٦٪ وقل التصاق الصفائح الدموية ببعضها، وأظهرت إحدى التجارب السريرية على عشرة مرضى عانوا من أعراض احتشاء العضلة القلبية زيادة في نشاط تحلل الفبرين لديهم نحو ٨٠٪ عن الأشخاص الأصحاء نتيجة تناولهم زيت الثوم بمعدل جرام واحد من الثوم الطازج لكل كجم من وزن الجسم، ثم انخفض النشاط المحلل للفبرين في الدم عندما توقفوا عن استعمال الثوم، وهذا يؤكد أهمية الثوم في تعزيز تحلل الفبرين في دم الإنسان.

ضد ارتفاع دهون الدم

جرّب الأطباء إعطاء الثوم لمرضى عانوا من اضطرابات خفيفة أو متوسطة الشدة في الدورة الدموية شملت ارتفاعاً في دهون الدم فأثبتت فعاليته الوقائية في علاج حالات ارتفاع دهون الدم وإمكانية استعماله مع الأدوية في علاج الحالات المرضية المستعصية منها، وأثبتت التجارب على الحيوانات فائدة الثوم في علاج ارتفاع الدهون في دمها،

ولاحظ العلماء عند إعطاء الأرانب جرام واحد من الكوليسترول كل يوم في طعامها ارتفاعاً في مستواه في دمها وترسبت الدهون في الشريان الأبهر والكبد لديها، ثم اكتشفوا بعد حصولها على ٠,٢٥ ـ ١ جم من زيت الثوم (المذاب في ٥ ملل من زيت الزيتون) كل يوم فترة ١٦ أسبوعاً مع الكوليسترول ارتفاعاً أقل في كوليسترول الدم من الحيوانات الأخرى، وقل حدوث الآفات Lesions التي يسببها الكوليسترول في الحيوانات نحو النصف عند تناولها الثوم في طعامها، كما انخفض تركيز الدهون بشكل أسرع في أكباد المجموعة التي استخدمت الثوم. ويعتقد أن سرعة تحرك الدهون خارج الشريان الأبهر عند تناول الثوم ناشئ عن التغير السريع لتركيز الكوليسترول في دمها، كما يزيد الثوم فرص زيادة مستوى البروتينات الدهنية مرتفعة الكثافة H.L.P. وينقص تركيز البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة .L.D.L مصحوباً بانخفاض مستوى الكوليسترول الكلي في دم الحيوانات، كما يؤدي استعمال الثوم في علاجها إلى تقليل فرص تجمع الدهون في الشريان الأبهر والكبد.

ونشرت العديد من الأبحاث العلمية عن فوائد الثوم في خفض تركيز دهون الدم في الإنسان وأعطي في إحداها عشرون متطوعاً سليماً ٠,٢٥ ملل من زيت الثوم لكل كجم من وزن الجسم كل يوم فترة ستة شهور و(٠,٢٥ ملل من زيت الثوم تكافئ ٣٠ جم من الثوم الطازج أو فصوص الثوم)، فلوحظ حدوث انخفاض في مستوى الدهون الثلاثية Triglycerides والكوليسترول والبروتينات الدهنية ذات الكثافة المنخفضة في مصول دمها، بينما ارتفع تركيز البروتينات الدهنية ذات الكثافة المرتفعة بعد توقفهم عن استعمال الثوم، وجرب آخرون إعطاء الثوم لـ ٦٢ شخصاً عانوا من مرض القلب الإكليلي Coronary heart disease فترة عشرة شهور، فتحسنت أحوالهم الصحية، وجرب بعض العلماء استعمال حمية غذائية خاصة بمرضى ارتفاع دهون الدم مع أو بدون

الثوم (١,٨ جم من الثوم الطازج كل يوم) مضافاً إليها حبوب الثوم (Kwai)، فلاحظوا بعد أربعة أسابيع من استعمال الثوم انخفاضاً في مستوى الدهون الثلاثية triglycerides والبروتينات الدهنية منخفضة الكثافة .L.D.L وفي لزوجة الدم عند مقارنتهم بمرضى آخرين حصلوا على نفس الحمية الغذائية بدون الثوم، ولقد أكدت الكثير من الدراسات العلمية التأثيرات المفيدة لاستعمال مقادير كافية من الثوم أو مستخلصاته على مستويات دهون الدم في الأشخاص الأصحاء والمرضى وفائدته في علاج الحالات المرضية الخفيفة وكإجراء وقائي ضد ارتفاع الدهون في الدم.

الوقاية من ارتفاع الكوليسترول

يؤدي ترسيب مركب الكوليسترول في جدران الأوعية الدموية للإنسان إلى قلة اتساع قطرها الداخلي ونقص قدرتها على التوسع والتضيق وهذا يساهم في ظهور حالة ارتفاع ضغط الدم، وعند حدوث ذلك في الشرايين التاجية التي تغذي عضلة القلب يصيبها الضعف والوهن نتيجة نقص حجم الدم الذي يغذيها فتزداد فرص حدوث الذبحة الصدرية Angina pectoris، واكتشف العلماء فائدة إعطاء الثوم لحيوانات التجارب في تثبيط ترسيب الكوليسترول في جدران أوعيتها الدموية ومساعدتها في تقليل مستوى ضغط الدم الشرياني. وأظهرت دراسة علمية حديثة استمرت ثلاث سنوات على مجموعة كبيرة من مرضى عانوا من احتشاء العضلة القلبية حصل نحو مائتي مريض منهم على تحضيرات الثوم وتناول عدد مماثل آخر حبوب مشابهة لها في الشكل ولكنها خالية من الثوم placebo، فاكتشف الباحثون خلالها حدوث نقص ملحوظ في معدل حدوث تصلب الشرايين بعد استعمالهم الثوم فترة عامين، وانخفض هذا العدد إلى النصف في المرضى الآخرين الذين استخدموه ثلاث سنوات وقلّت في مستعملي

الثوم فرص حدوث نوبات قلبية غير مميتة لهم إلى الثلث، كما ثبتت فائدة إعطاء الثوم للمرضى الذين يعانون ضيقاً في الشرايين التاجية في تحسين حالتهم الصحية وتقليل خطر إصابتهم بالذبحة الصدرية.

ضد أمراض في الجهاز التنفسي

قبل اكتشاف المضادات الحيوية استخدم الأطباء فصوص الثوم في علاج بعض أمراض الجهاز التنفسي مثل التهاب الشعب الهوائية bronchitis وتكوين خراج رئوي، وفي توسيع القصيبات الهوائية bronchiectasis لمرضى الربو الشعبي لاحتوائه على مركبات مضادة للجراثيم منها أليستانين allistatine وجارليسين garlicine، كما عرف البعض فائدة الثوم ضد الميكروب المسبب للدرن الرئوي واستعمل قديماً في علاجه، وللثوم خاصية طرد البلغم عرفها القدماء وله تأثيرات مفيدة ضد نشاط بعض الفيروسات كالمسببة للبرد والزكام.

مطهر للجروح

شاع قديماً استخدام مستحضر مهروس الثوم الطازج المخفف بالماء في تنظيف الجروح الملوثة وتطهيرها لتأثيراته في إبادة الجراثيم في مناطق الجروح أو القروح مما يساعد في الإسراع في شفائها، لكن يؤدي وضع مهروس الثوم فترة طويلة على جلد الإنسان إلى حدوث التهاب جلدي.

في علاج النزلات المعوية

يفيد احتواء الثوم على مركبات تضاد الجراثيم في علاج النزلات

المعوية الناشئة عن تلوث جرثومي للأغذية كالسالمونيلا والشيجلا، ويستعمل فيها الثوم على شكل فصوص طازجة مهروسة أو مستحضراته الصيدلانية ويتناوله بعض العامة عند إصابتهم بنزلة معوية أو شكواهم من الإمساك.

يضاد الأمراض الفطرية

أشارت بعض الأبحاث العلمية إلى فائدة الثوم ضد نمو الفطريات المرضية، وأعطي في إحداها خمسة أشخاص عن طريق الفم جرعة واحدة من الثوم لاختبار نشاطه المضاد للفطريات بعد ٣٠ ـ ٦٠ دقيقة من تناوله، فلم يكتشف وجود مركب أليسين في البول وإنما ظهر في مصل دمائهم، وأعلن في نهاية هذه الدراسة أن الثوم له فعالية محدودة فقط في علاج الإصابات الفطرية، وأشار علماء آخرون إلى فعالية الزيت المستخلص من الثوم أو العجينة المحضرة منه موضعياً ضد الفطريات المرضية المعروفة بكانديدا Candid التي تصيب أحياناً جلد الإنسان.

الجرعات الدوائية للثوم

في التجارب السريرية على الإنسان اختلفت الكميات التي استعملت من الثوم أو مستحضراته بين فص واحد (٣ جم) و٥٠ فصاً (١٥٠ جم) أو حوالي ٥ رؤوس من الثوم يومياً أو ما يكافئها، كما ظهرت تأثيراته عند تناول أقل مقدار منه، وعموماً يفيد حصول الشخص بين فص و٣ فصوص عند كل وجبة طعام لتأثيراتها المفيدة للقلب والدورة الدموية، ويستطيع الأشخاص الذين لا يفضلون رائحة الثوم استعمال حبوب الثوم الصيدلانية (Kwai) أو كبسولات زيته،

وينصح بعض الأطباء باستعمال الشخص ستة حبوب منها كل يوم وهي تكافئ ٦٠٠ ملجم من الثوم الجاف أو ١,٨ جم من الثوم الطازج وهي جرعة صغيرة أثبتت فعاليتها، وتحتوي الكبسولة الواحدة من زيت الثوم ما يكافئ ٠,٥ ـ ٠,٨ جم من الثوم الطازج، وتكون خواص الثوم المضادة للجراثيم وفعاليته ضد ارتفاع دهون الدم في زيته الطيار أقل في مستحضراته الصيدلانية عن الثوم الطازج لتأثرها بعملية فصل الزيت بعملية التقطير البخاري، لذا يفضل تناول الإنسان ٣ فصوص من الثوم على الأقل كل يوم لأسباب وقائية، وتوجهت اهتمامات العلماء حديثاً نحو فصل وتخليق المركبات الفعالة في الثوم بهدف التحكم في الجرعات المستعملة منه في الوقاية وعلاج بعض الأمراض، لكن ذلك قد يحول استعماله في العلاج الغذائي نحو استخدام مستحضراته الصيدلانية وهذا لا يرغبه البعض، ويكره بعض الناس رائحة الثوم وهي تعزى إلى محتواه من مركب أليسين ذو الفعالية الدوائية الذي يمتص في أمعاء الإنسان ثم يطرحه الدم عن طريق الرئتين مع هواء الزفير فيُكسب النَفَس الرائحة المميزة للثوم، ويستعمل الثوم غالباً عن طريق الفم وأحياناً كحقنة بالوريد أو العضل.

في الطب الشعبي

شاع بين عامة الناس استعمال الثوم لوحده أو مع غيره من النباتات في علاج العديد من الأمراض مثل تليين البطن وتنبيه إفراز العصارة الهاضمة في المعدة ومنع حدوث التخمة ولإثارة الشهية للطعام وكطارد للبلغم من الجهاز التنفسي ومعرق ومدر للبول.



مراجع البحث

1- Anon. (1990).
Garlic may lower cardiovascular risks. Medicine digest, 16, (1), 8.

2- Antia, F.P. (1985).
Clinical dietetics and nutrition. p292.
Oxford university press, London, England.

3- Bender, A.E.(1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p88.
Butterworths Co. London, England.

4- Bordia, A. (1981).
Effect of garlic on blood lipids in patients With coronary heart disease.
Amer. J.Clin. Nutrition 34: (10), 2100.

5- Bordia, A. and Verma, S.K. (1978).
Effect of garlic feeding on regression of expermental atherosclerosis in rabbits.
Atherosclerosis, 7: (5), 428.

6- Boullin, d.j. (1981).
Garlic as a platelet inhibitor (letter). Lancet, I, 776.

7- Harenberg, J. and et al (1988).
Effect of dried garlic on blood coagulation, fibrinolysis, platelet aggregation and cholestrol in patients with hyperlipoproteinemia.
Atherosclerosis, 74:247.

8- Makheja, A.N. et al (1979).
Inhibition of platlets aggregation and theomboxane synthesis by onion and garlic. Lancet, I, 781.

9- Malik, A. and Siddiqui, S.. (1981).
Hypotensive effect of freeze dries garlic sap in dog.
J. Pakistan Med. Assoc, 31: (1), 12.

10- Reynolds, J.E.F. et al (edds) (1989).
Martindale. The Extra Pharmacopoeia. p1573.
The pharmaceutical press, London, England.

11- Tyler, V.E. et al (1981).
Pharmacognosy. P482. Lea & Febiger. Philadelphia, U.S.A.

12- Turner, M. (1990).
Garlic may lower cardiovascular diseases. J.Royal society of health, 16: (1),90.

١٣ ـ ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، ص٥٠، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

١٤ ـ ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج١٢، ص٨٢، دار صادر، بيروت. لبنان.

١٥ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص١١٥، دار الثقافة الدينية،ب القاهرة، ج.م.ع.

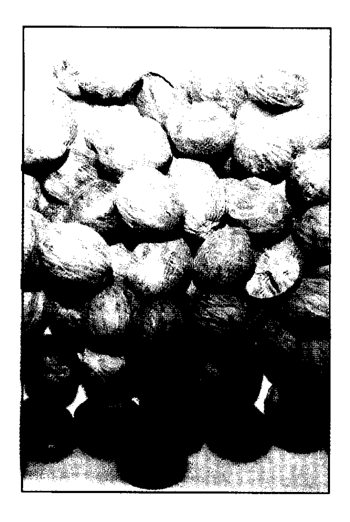
١٦ ـ قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص١٣٠، دار النفائس، بيروت، لبنان.

١٧ ـ لبنية، د. محيي الدين (١٩٩١).
البصل والثوم في علاج الأمراض، مجلة أهلًا وسهلًا، العدد التاسع، سبتمبر، ص٤٢.

* * *



جوز الطيب



شجرة دائمة الخضرة تنتشر نمواتها في جزر الهند الشرقية وما جاورها، أحادية الجنس ذات ثمار جميلة الشكل تنضج تدريجياً وتتفتح أغلفتها الخارجية عن بذرة بنية اللون تعرف بجوزة الطيب، وهو من التوابل التي حملها العرب الأوائل في تجارتهم من ما عرف بجزر التوابل إلى بلادهم وأوروبا، وذاعت شهرته وبيع بأسعار مرتفعة لاحتكار البعض تجارته.

تاريخه

يعتقد أن جوز الطيب وكذلك ماك Mace المحضر من الطبقة الخارجية لثماره، حمله التجار العرب الأوائل من المشرق في منتصف القرن الثاني عشر الميلادي إلى بلادهم، ثم وصل في نهاية ذلك القرن إلى شمال أوروبا، وذكره العلماء العرب في مؤلفاتهم خلال القرن الثالث عشر، واكتشف البرتغاليون عام **١٥١٢**م أعداداً كبيرة من أشجار

جوز الطيب في جزر باندا Banda islands وهي من مجموعة جزر مولوقا Molucca islands، ثم احتكر البرتغاليون تجارة التوابل نحو نصف قرن قبل أن تنتقل إلى الهولنديين بعد وضع أيديهم على مناطق زراعته ومنعهم تصدير بذوره الصالحة للإكثار خارجها، وتؤدي عملية تجفيف بذور جوز الطيب إلى فقدها القدرة على الإنبات، ويفيد نقع البذور في محلول لبن الكلس عدة أسابيع في إمكانية بيعها خلال عدة سنوات، ثم احتل الإنجليز جزر التوابل بين ١٧٩٦ ـ ١٨٠٢م وبدأوا خلالها زراعة أشجار هذا النبات في جزيرة سومطرة وبينانج Penang وقل احتكار الهولنديين تجارته فانخفض سعره بعد أن بيع بأسعار باهظة.

أسماء النبات

يقول المعجم الوسيط: الجَوزُ من كل شيء: وَسطه، وفي لسان العرب الجوزةَ: ضَربٌ من العِنب ليسَ بكبيرٍ ولكنهُ يصفرُ إذا أينعَ، والجوزُ الذي يؤكل فارسي معرب، واحدة جَوزةٌ والجمعُ جوزاتٌ، وأرض مجازة: فيها أشجار الجوزِ، وأصلُ الجوزِ فارسي وقد جرى في كلام العرب وأشعارها، ونسب الطيب لهذا النبات لطيبِ رائحتهِ فعرفَ بجوزِ الطيبِ، وفي القاموس المحيط الطيبُ: الأَفضلُ من كل شيء، والمطَايبُ: الخيارِ من الشيء ولا واحدَ لها، وهو بالإنجليزية Nutmegs واسمه العلمي Myristica fragrans من الفصيلة الميريستية Myristicaceae، وللنبات أصناف عديدة تزرع في دول عديدة في العالم تختلف في أشكال أشجارها وأحجامها وتسمى حسب مناطق زراعتها مثل:

١ ـ جوز طيب بينانج penang nutmegs .

٢ ـ جوز طيب غرب الهند Weat Indian nutmegs .

٣ ـ جوز طيب سنغافورة Singapore nutmegs .

مناطق زراعته

الموطن الأصلي للنبات هو مجموعة جزر مولوقا أو جزر التوابل Spice islands وما جاورها، وتنتشر زراعته في أندونيسيا وماليزيا وسيلان، وكذلك جرانادا في غرب الإنديز بأمريكا الجنوبية وتعرض إنتاجه فيها عام **١٩٥٥** لثورة بركان أتلف ٩٠٪ من أشجارها ثم أعيد تدريجياً زراعتها تحت إشراف شركة جوز الطيب التعاونية لجرانادا.

الأجزاء المستعملة من النبات

تستخدم بذور ثمار النبات المعروفة بجوز الطيب ويحضر من الطبقة الخارجية للثمار تابل يسمى ماك mace.

مكوناته الفعالة

تحتوي بذور ثمار جوز الطيب على زيت طيار بنسبة ٥ ـ ١٥٪ يسمى زيت جوز الطيب، وزيت ثابت بنسبة ٣٠ ـ ٤٠٪ وفوتو سترين photosterin ونشا وأميلو دكسترين ومادة ملونة وسابونين وكذلك رماد يكون ٢٪ منه غير ذائب في الحامض، واكتشف فريق من العلماء اليابانيين عدداً كبيراً من المركبات الفينايل بروبانويد dimeric phenylpropanoids في البذور مثل: إيليميكين elemicin ، أيزوايوجينول isoeugenol ، وميرسيستين myristicin ، ومسحوق جوز الطيب له رائحة أروماتية قوية ومذاق مر.

زيت جوز الطيب

يستخلص زيت جوز الطيب بواسطة التقطير البخاري لمسحوق بذوره ويحتوي على بنيين pienene وسابنين sabinene وكامفين camphene بنسبة ٦٠ ـ ٨٠٪ وثنائي بنتين dipentene ٨٪ وغولات بنسبة ٦٪ وميرستسين myristicin و٤٪، والميسين elemicin وأيزو الميسين isoelemicin حوالي ٢٪، وسافرول safrol ٦٪ وإيجينول eugenol وميثايل إيجينول methyl eugenol وميثايل سوايجينول methysoeugenol وميثوكسي إيجينول methoxyeugenol وأيزوايجينول isoeugenol حوالي ١٪، وتختلف مكونات زيت جوز الطيب حسب مناطق زراعته، ويتبلور مركب ميرسيستين myristicin السام للإنسان، وله درجة غليان مرتفعة ويوجد رئيساً في الجزء الأخير من نواتج عملية التقطير distillate لبذور هذا النبات.

تأثيراته الجانبية

الميرسيستين هو المركب السام النشط في جوز الطيب فيؤدي تناول ملعقة صغيرة (٥ جم) منه أو الزيت المستخلص منها إلى ظهور أعراض التسمم به تبدأ بعد ١ ـ ٧ ساعات على شكل حرقان وألم في البطن وغثيان وقيء والشعور باضطراب وإثارة Restless وتورد الوجه flushing وجفاف في الفم وتسارع في ضربات القلب وتنبيه للجهاز العصبي المركزي، وتزداد شدة هذه الأعراض المرضية عند زيادة الكمية المأخوذة منها، وقد يحدث تشنج واتساع بؤبؤ العينين mydriasis والشعور بنشوة euphoria قد تتحول إلى هلوسة في التفكير، وتزول هذه الأعراض بعد نحو ٢٤ ساعة عند التوقف عن استعماله.

استخداماته

- يستعمل رئيساً جوز الطيب وزيته كمادة مكسبة للنكهة لبعض أطباق الطعام وفي عمل مخاليط بعض البهارات.

- يفيد تناوله في قطع رياح البطن Carminative ويعزى ذلك إلى زيته العطري.

- له خواص منشطة، لكن يحذر تناول جرعة كبيرة منه تجنباً لتأثيراته السامة في الجسم نتيجة احتوائه من مركب الميرسيستين.

- يستعمل زيته خارجياً كمحمر للجلد في تخفيف آلام الروماتزم المزمن في المفاصل وفي علاج الاعتلال العصبي في أرجل مرضى السكر Neuropathy لأنه مهيج للأنسجة فتتوسع الأوعية الدموية المحيطية في مكان وضعه على الجلد وتتحسن فيه الدورة الدموية فيخف الشعور بالألم فيهما.

- اكتشف الأطباء أن جوز الطيب يثبط إنتاج هرمونات البروستاجلاندين في الجسم.

بدائله

هناك أنواع أخرى للجنس Myristica تعطي نباتاتها بذور تشابه جوز الطيب مثل:

١ - نبات Macassar or Papuia nutmegs واسمه العلمي: M. argentea تكون بذوره أطول وأضيق ولها رائحة أروماتية أقل من النوع M.fragrans وشكلها غير منتظم ولونها بني ولها مذاق حريف acrid.

٢ - جوز طيب بومباي Bombay nutmeg واسمه العلمي:

M.malabarica تكون بذوره طويلة وضيقة لكنها خالية من النكهة المعتادة لجوز الطيب.

ماك Mace

تتكون الماك العادية common mace أو ماك باندا Banda mace من القشرة الخارجية لثمار جوز الطيب واسمه العلمي Myristica fragrans وتستعمل أيضاً كمادة مكسبة للنكهة وتفصل من الثمار بالأظافر أو بالسكين ويكون لونها وهي طازجة أحمر لامع، وعند فصلها كلياً تسمى double blade mace وإذا كانت في قطعتين تسمى single blade mace وتصبح مسطحة عند ضغطها بين لوحين من الخشب أو غيره ثم تجفف، ويكون ماك بومباي Bombay mace تابل معروف في التجارة العالمية وثمنه مرتفع ولونه أحمر داكن، وهناك نوع آخر يسمى ماك بابو Papau mace له شكل مميز ولون سطحه بني قاتم قليل الأرومة وله مذاق حريف. ويحضر زيت الماك Mace oil المعروف أيضاً بغاز إسالة الدموع tear gas بواسطة التقطير البخاري للماك، ويستعمل في صناعة القنابل المسيلة للدموع التي يستخدمها رجال الأمن في تفريق المظاهرات، ويسبب الإفراط في تناول الماك حدوث تشنج epiletiform convulsions في الجسم.

مراجع البحث

1- Antia, F.P. (1985).
Clinical dietetics and nutrition. p293, 637.
Oxford university press, London, England.

2- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p143.
Butterworths Co.. London, England.

3- Reynolds, J. E.F. et al (eds). (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p.1064.
The pharmaceutical press, London , England.

4- Trease, G. E. and Evans, W.c. (1985).
Pharmacognosy. P.443, 691, 729. Bailliere Tindall, East bourne, England.

5- Wallis, T. E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. ps.229, 232, 348, 557, 562, 614: Pitman Tindall, East bourne, England.

٦ - ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج٥، ص٣٣٠، دار صادر، بيروت، لبنان.

٧ - الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص١٤١، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

٨ - قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات. ص١٥٨، دار النفائس، بيروت، لبنان.

* * *



حب الرشاد

عشب تنتشر نمواته البرية على جوانب جداول المياه وقنوات الري في الحقول والبساتين خلال فصل الربيع وتزرع بعض أصنافه كأحد الخضروات الورقية، وأوراق النبات وفروعه الخضراء لهما مذاق حريف، والبري منه أكثر حرافة من البستاني، عرفه القدماء وقال عنه عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني الشهير ديسقوريدس: أجود ما رأيناه ما كان من البلاد التي يقال لها بابل، وذكر جالينوس العديد من فوائده الطبية ووصفه بعض الأطباء العرب الأوائل في علاج بعض الأمراض، ونبات الحُرف له رائحة خاصة تظهر عند جرحه أو قطعه، وتوجد نمواته البرية في بلاد الشام ودول شمال أفريقيا وغيرها. وتزرع بعض أصنافه البستانية في سورية وغيرها.



أسماء النبات

يقول لسان العرب: الحُرْفُ: حَبُّ الرشادِ، واحدتَهُ حُرفةٌ. الأزهري الحُرفُ: حَبٌّ كالخردَلِ، وقال أبو حنيفة الدينوري: الحُرف بالضم: هو الذي تسميهِ العامةُ حَبُّ الرشادِ، والحرافةُ: طعمٌ يحرقُ فم آكلِهِ بحرارةِ مذاقِهِ، ويسمى أيضاً قرةُ العينْ وحارة ورشاد والسفا.

وهناك نوعان رئيسان للنبات هما:

الأول يسمى حرف الماء Water cress: واسمه العلمي Nasturtium officinale ، ويتبع الجنس Nasturtium ٦ أنواع نباتية.

والثاني يسمى حرف الحدائق Garden cress: واسمه العلمي Lepidium sativum ويتبع الجنس .Lepidium sp ١٥٠ نوع نباتي، وجميعها تتبع الفصيلة الصليبية Cruciferae.

وصفه النباتي

نبات معمر له ساق طرية القوام يصل ارتفاعه إلى ٣٠ سم أو أكثر، وأوراقه متبادلة في وضعها على فروعه الخضرية، ونصل الورقة يميل في شكله إلى الاستدارة ويختلف في درجة تفصيصه، وأزهاره بيضاء اللون صغيرة الحجم على شكل نورات عنقودية طرفية، وثماره على شكل قرون صغيرة طولها يزيد عن نصف سنتيمتر.

الأجزاء المستعملة منه

تستعمل أوراق هذا العشب وفروعه الخضرية الغضة كأحد

المقبلات على مائدة الطعام في سورية وغيرها، أما بذوره فتستخدم في الطب الشعبي.

مكوناته الفعالة

تحتوي أوراق النبات وأجزاؤه الخضرية على زيت عطري يعرف بزيت حب الرشاد Cress oil يكسبه رائحته وطعمه المميزين، وفيه مركبات جليكوسيدية Mustsrd oil glycosides مثل جلوكوناستورتين gluconastortin وخلايا ميروسين Myrosin خاصة فيها أنزيمات ضرورية لتحللها، والنبات غني بالفيتامينين أ و ج ويحتوي على نسب جيدة من العناصر المعدنية كالحديد والكالسيوم وألياف غذائية، ويستعمل كأحد الخضروات الورقية وله مذاق يشابه لحد ما الجرجير، وكلاهما من نفس الفصيلة النباتية، أما بذور حب الرشاد فتحتوي على هلام نباتي Mucilage وزيت ثابت fixed oil.

في الطب القديم

ذكر الأطباء القدماء العديد من الفوائد الطبية للنبات وبذوره. قال جالينوس عنه: بزر الحرف قوته تحرق مثل بزر الخردل ولذلك يسخن به أوجاع الورك المعروفة بعرق النسا وأوجاع الرأس وكل علة تحتاج إلى التحمير، وقد يخلط بزر الحرف أيضاً مع أدوية يسقاها أصحاب الربو، ومما قاله داود الأنطاكي في كتابه «تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب» عنه: يحل عسر النفس والقولنج واليرقان والسدد والحصى شرباً ويزيل الصداع وإن أزمن، والوضح وكذا البرص والديدان والقروح السائلة والعقد البلغمية وأوجاع الظهر وعرق النسا والورك، ويسقط الأجنة، ويدر الطمث شرباً وطلاءً، يقاوم السموم

ويزيل السعال البلغمي سفاً بالماء الحار ويمنع تساقط الشعر نطولاً وشرباً وهو يضر المعدة ويحرق البول ويصلحه السكر، وقال صاحب القانون - ابن سينا كلاماً مشابهاً.

فوائده الطبية

يستخدم نبات الحرف وبذوره في الطب الشعبي، ويقال أنه يصلح في الحالات العلاجية التالية:

- له خواص مقشعة وطارد للبلغم وفي علاج الربو الشعبي.
- في علاج الحروق.
- يقوي بصيلات الشعر عند استعمال عصير نباته.
- له خواص مساعدة على الهضم ويدر الصفراء والبول.
- يخفض مستوى سكر الدم لمرضى السكر.

مراجع البحث

1- Tackholm, V. (1974).
Student, s flora of Egypt. ps. 196,202.

2- Trease, G.E, and Evans, W.S. (1985).
Pharmaconosy. p186. Bailliere Tindall, East bourne, England.

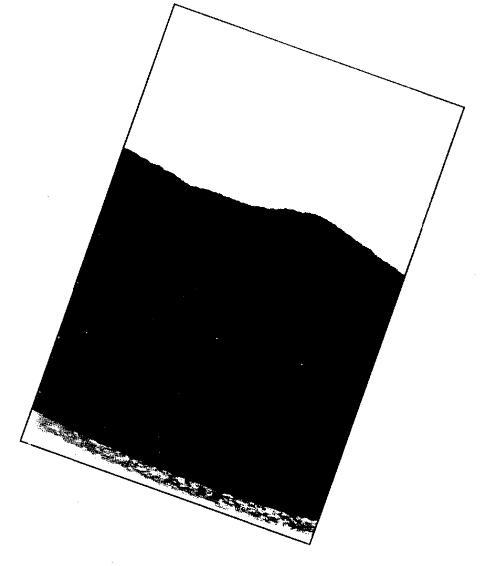
٣ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الأول، ص٢٦٨، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٤ - ابن سينا.
القانون في الطب. ج١، ص٢٨٨، دار صادر، بيروت، لبنان.

٥ - ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج٩، ص٤٥، دار صادر، بيروت، لبنان.
٦ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب. الجزء الأول، ص١٣٩، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.
٧ - العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٢٨٥، دار الأهالي، دمشق، سورية.
٨ - المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي، ص٢٧١، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *

الحبة السوداء



عَرف الإغريق والرومان وقدماء المصريين الحبة السوداء وأضافوها إلى بعض أطباق طعامهم واستخدموها لوحدها أو مع غيرها في علاج بعض أمراضهم، وعدد فوائدها الصحية أطباء مشهورين مثل ديسقوريدس وجالينوس وذكرها هيبوقراط ـ الملقب أبو الطب ـ في مفرداته، وعرفها الفراعنة باسم شنقت وذكروا فائدتها في علاج أمراض الصدر والسعال في بردياتهم، واستعملت الحبة السوداء كأحد التوابل في تحسين طعم بعض الأغذية كالفطائر والخبز والكعك، ويحضر منها حلاوة تعرف بالمفتقة، وشاع في الطب الشعبي استخدام الزيت المستخلص منها في علاج العديد من الأمراض، وأغفل العلماء الغربيون عن دراسة مكوناتها وفعاليتها الصيدلانية وتركز الاهتمام حديثاً في العالم الإسلامي على دراسة فعالية مكوناتها في علاج بعض الأمراض.

أسماؤها

تعددت أسماء الحبة السوداء فهي حَبةُ البَرَكَةِ في بلاد الشام ومصر وشبه الجزيرة العربية، وسميت قديماً بالشونيز وهي فارسية الأصل والكمون الأسود والكمون الهندي وغيرها، وتعرف بالإنجليزية بـ Black cumin والاسم العلمي للنبات هو Nigella sativa من الفصيلة الشقيقية (الخوذانية) Ranunculaceae ولها أنواع أخرى وأصناف عديدة أهمها:

النوع Nigella arvensis بذوره صغيرة الحجم لا يستعمل طبياً.

النوع Nigella damacina واسع الانتشار لكنه لا يستخدم طبياً.

وصفها النباتي

عشب حولي يصل طوله حوالي مترين، تكون أكثر الأوراق مركبة مجزأة بشكل دقيق، وأزهاره بيضاء اللون تشوبها الصفرة، وثماره جرابية يوجد داخلها بذور سوداء اللون صغيرة الحجم، وصف الأطباء القدماء هذا النبات ومنهم داود الأنطاكي في تذكرته بقوله: هو نبت كالرازيانج إلا أنه أطول وأدق وزهره أصفر إلى بياض يخلف أقماع أكبر من أقماع نبات البنج تنفرك عن هذا الحب الرزين الحاد الحريف ويدرك بحزيران (يونيه) وتبقى قوته سبع سنين.

مناطق زراعتها

تنتشر زراعة الحبة السوداء في منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط كسوريا ومصر وفي إيران وسريلانكا والباكستان ودول أخرى في العالم.

الأجزاء المستعملة من النبات

يستعمل طبياً بذور النبات سوداء اللون صغيرة الحجم ولها مذاق حريف، وكذلك الزيت المستخلص منها غالباً بالعصر الآلي.

مكوناتها الفعالة

تحتوي الحبة السوداء على زيت ثابت بنسبة حوالي ٣٠٪، وزيت طيار نحو ١٪ يستخلص منها بعملية التقطير البخاري، وتركزت معظم الدراسات الصيدلانية على الزيت المستخرج منها وبعض مكوناته المفصولة اعتقاداً باحتواء الزيت الطيار على المركبات ذات الفعالية العلاجية أهمها النجلين nigelline ($C_{18}H_{22}O_4$) والنجيلون nigellon وعديد الثيموكينون Polythymoquinone ، ونجح فصلها لدراسة فعاليتها الدوائية، ويتركب عديد الثيموكينون من جليكوسيد وأجليكون وسكر يتحرر بعملية التحلل المائي له، ويكون السكر في الجليكوسيد إما سكر أحادي كالجلوكوز والفركتوز والرامنوز أو أكثر، ونادراً يكون من نوع سكريات دي أوكسي deoxy- sugars كما يحتوي الزيت على حموض دهنية معينة أصبحت موضع اهتمام بعض الباحثين للاعتقاد بفوائدها الدوائية، ولقد غفل الكثيرون عن دراسة المكونات الأخرى للبذور ومستخلصها المائي.

في الطب القديم

عرف الأطباء القدماء الحبة السوداء واستعملوها لوحدها أو مع غيرها في علاج بعض الأمراض. قال عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني الشهير ديسقوريدس عن فوائد الشونيز: إذا ضمدت به الجبهة وافق

الصداع وإذا استعط به مسحوقاً بدهن الأبرسا وافق ابتداء الماء النازل من العين، وإذا تضمد به مع الخل قلع البثور اللينة والجرب المتقرح وحلل الأورام البلغمية المزمنة والأورام الصلبة، ومما قاله جالينوس عنه ـ أي الشونيز ـ: يسخن ويجفف في الدرجة الثالثة ويشبه أيضاً أن تكون له قوة لطيفة لهذا صار يشفي الزكام إذا صير في خرقة وهو مغلي وشمه الإنسان، وهو مع هذا يحلل النفخ غاية الحل إذا ورد إلى داخل البدن مما يدل على أنه جوهر لطيف قد أنضجته الحرارة إنضاجاً مستقصىً ولذلك هو مر.

في الطب النبوي

ذكرت كتب الأحاديث النبوية الصحيحة قول الرسول ﷺ عن فوائد الحبة السوداء. فروى الإمام البخاري عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: «عليكم بهذه الحبة السوداء فإن فيها شفاء من كل داء إلا السام» ـ والسام هو الموت، وفي رواية أخرى عن أبي هريرة أنه سمع رسول الله ﷺ يقول: «في الحبة السوداء شفاء من كل داء إلا السام». وقال الحافظ الذهبي في شرح هذا الحديث: شاع إطلاق أنها شفاء من كل داء فيكون إطلاقاً كلياً ويراد به الأكثر مبالغة، قال تعالى: ﴿إِنِّي وَجَدتُّ ٱمۡرَأَةٗ تَمۡلِكُهُمۡ وَأُوتِيَتۡ مِن كُلِّ شَيۡءٖ﴾ [٢٣: النحل] ـ أي بلقيس ملكة سبأ ـ ، ويشابه إخباره ﷺ: «من تصبح بسبع تمرات لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر»، رواه الشيخان، وقوله أيضاً أن في أحد جناحي الذباب داء وفي الآخر شفاء، ومثل هذا كثير وهذه الأخبار من معجزاته. وذكر ابن حجر العسقلاني في كتابه «فتح الباري لشرح صحيح البخاري» في شرح هذا الحديث قال الإمام الخطابي: قوله من كل داء هو من العام الذي يراد به الخاص لأنه ليس في طبع شيء من النبات ما يجمع جميع الأمور التي تقابل

الطبائع في معالجة الأدواء بمقابلها وإنما المراد أنه شفاء من كل داء يحدث من الرطوبة، وقيل كان النبي ﷺ يصف الدواء بحسب ما يشاهده من حالة المريض فلعل قوله في الحبة السوداء وافق مرض من مزاج بارد فيكون معنى قوله شفاء من كل داء أي من هذا الجنس الذي وقع القول فيه، وإذا راجعنا أقوال الرسول ﷺ في التداوي يمكننا القول إن قوله ﷺ من كل داء لا يفيد العموم لأنه حض على التداوي واستعمال أشياء كالعسل والحجامة والكي والسنا والكمأة في العلاج كل منها حسب المرض. فجاء في الصحيحين عن أبي هريرة رضي الله عنه قال رسول الله ﷺ: «ما أنزل الله من داء إلا أنزل له شفاء» - أي دواء، وجاء في مسند الإمام أحمد عن أسامة بن شريك قال: كنت عند النبي ﷺ وجاءت الأعراب فقالوا: يا رسول الله أنتداوى؟ قال: «نعم يا عباد الله تداووا فإن الله عز وجل لم يضع داء إلا وضع له شفاء»، وفي لفظ: «إن الله لم ينزل داء إلا أنزل له شفاء علمه من علمه وجهله من جهله»، أخرجه أبو داود والترمذي، وتضمنت هذه الأحاديث الشريفة إثبات الأسباب والمسببات وإبطال قول من أنكرها.

تأثيراتها المضادة للميكروبات

اكتشف الدكتور حنفي والدكتور حاتم بقسم العقاقير بكلية الطب البيطري جامعة القاهرة التأثير المضاد للميكروبات للمستخلص الأثيري للحبة السوداء - أي الزيت - وتثبيطه نمو الجراثيم الموجبة لصبغة جرام ومنها البكتريا العنقودية Staphylococcus areus المسببة للخراريج والبثور في الجلد، والبكتريا السالبة لصبغة جرام مثل Pseudomonas aeroginose و E. coli وكذلك خمائر مرضية مثل Candida albicans ، كما أظهر الزيت المستخلص منها فعالية مضادة لنمو الجراثيم تشابه

تأثيرات مضادات حيوية كالستربتومايسين والجنتاميسن وكان تأثيره داعماً لها عند استعمالهما معاً، ولاحظ هذان الباحثان أن هذا الزيت له تأثيرات فعالة ضد البكتريا العنقودية في فئران التجارب عند حقنه في موضع الإصابة الإنتانية في جسمها.

تأثيراتها ضد السرطان

اكتشف حديثاً فريق من العلماء الهنود فائدة استعمال المستخلص الغولي (بكحول الإيثايل) للحبة السوداء عن طريق الفم أو دهنه على الجلد في علاج الإصابة بأورام خبيثة مثل سرطان إيرلش Ehrlich ascites carcinoma وورم ليمفاوي دالتون Dalton,s lymphoma وساركوما Sarcoma- 180 (s-180) cells في فئران التجارب. وأظهرت الدراسات المخبرية سميّة هذا المستخلص لحوالي ٥٠٪ من الخلايا السرطانية وعزوا هذه الفائدة إلى احتواء المستخلص الغولي للحبة السوداء على حموض دهنية معينة قد يكون لها تأثير على مستوى جزيئ الـ د .أ .ن في الخلايا الخبيثة، ولاحظوا أن هذا المستخلص كان له نشاط خفيف ضد الخلايا الليمفاوية وثبط نمو الخلايا من نوع KB في البيئة، وبلا شك هناك حاجة لإجراء المزيد من الدراسات العلمية على هذه الخاصية لمعرفة إمكانية استخدامها في علاج الأورام الخبيثة في الإنسان، كما اكتشف العالمان سالومي Salomi وبانيكار Panikkar من الهند في دراساتهم المنشورة عام ١٩٩٠ وجود تأثيرات مضادة للتسرطن لمستخلص حبة البركة في فئران التجارب عند استعماله في صورة دهان موضعي أو شراب لها، واستعملا زيت حب الملوك Croton oil كمادة مشجعة على التسرطن في الجلد، ولاحظا فائدة إعطاء تلك الفئران جرعة مقدارها ١٠٠ ملجم كجم من وزنها من مستخلص الحبة السوداء في تأخير تكوين ورم حليمي Pappiloma

وتقليل متوسط عدد الأورام الحليمية في كل فأر، كما لاحظا قلة حدوث هذا الورم عند حقن الفئران فترة ٣٠ يوماً بمستخلص الحبة السوداء بمعدل (١٠٠ ملجم/ كجم من وزن الجسم) بنسبة ٣٣,٣٪ وبمستخلص الزعفران (بمعدل ١٠٠ ملجم/ كجم من وزن الجسم) بنسبة ١٠٪.

تضاد الطفيليات المعوية

اكتشف الدكتور محمد أختر والدكتور رفعت بقسم علم الوظائف والعقاقير بكلية الزراعة جامعة فيصل آباد بالباكستان فعالية مسحوق بذور الحبة السوداء ضد ديدان البطن في حيوانات التجارب وفي أطفال مصابين بها، ونشرت نتائج هذه الدراسات في المجلة الطبية الباكستانية J.Pak. Assoc Med وقاسا نشاط الحبة السوداء على أساس نسبة خفضها عدد بيوض ديدان البطن، ولم يسبب استعمالها لوحدها حسب الجرعات التي اختارها الباحثان ظهور أي مضاعفات سيئة على صحة أولئك المرضى.

تأثيراتها على الجهاز المناعي

درس الدكتور باسل علي Basil Ali والدكتور هاشم عروة بقسم الميكروبيولوجيا بكلية الطب والعلوم الطبية بجامعة الملك فيصل في الدمام التأثير المحتمل للحبة السوداء في فئران التجارب على قدرة الخلايا الليمفاوية الكبيرة على التهام خلايا الخميرة المحقونة فيها، ولقد غذيت المجموعة الأولى من الفئران طعاماً عادياً وحصلت المجموعة الثانية على طعام غني بالحبة السوداء ثم حقنت جميع الفئران بخلايا خميرة مرضية ميتة من نوع Candida albicans داخل

البريتون في البطن فلاحظا حدوث زيادة معنوية في قدرة الخلايا البلعمية الكبيرة على التهام الخميرة في الفئران لكن لم تُظهر فحوصهما بالمجهر الإلكتروني وجود فروقات معنوية بين الخلايا البلعمية الكبيرة في المجموعتين من الفئران غير درجة قدرتها على الالتهام، واكتشف الدكتور أحمد القاضي والدكتور أسامة قنديل عند استعمال ٧ ذكور و٤ إناث تراوحت أعمارهم بين ١٢ ـ ٣٦ سنة الحبة السوداء في طعامهم حدوث تحسن في نسبة الخلايا الليمفاوية المساعدة من نوع T.helper لديهم على الأخرى المثبطة T.suppresser وتأثيرها على الخلايا القاتلة الطبيعية Natural Killer في الدم، ونشرا نتائج هذه الدراسة في مجلة الطب الإسلامي بالمجلد ٤ عام ١٩٨٦ في الكويت، وهناك حاجة إلى إجراء المزيد من الدراسات على فعالية الحبة السوداء ومكوناتها في تحسين المناعة الطبيعية لجسم الإنسان.

في علاج الربو القصبي

أشار الدكتور محمد الدخاخني والدكتور م. محفوظ إلى قدرة مركب النيجلون المفصول من الحبة السوداء عند استنشاقه بالأنف في فئران التجارب للوقاية من حدوث التشنج في الرئتين لتأثيراته المضادة للهستامين، ثم أكدت دراستيهما السريرية على مرض الربو القصبي Bronchial asthma الخالي من المضاعفات الصحية قدرة مركب النيجلون على تخفيف حدة ضيق النفس وحدوث نوبات الربو في ٦٠ ـ ٦٥٪ من مجموع المرضى، ومن المفيد مقارنة تأثيرات هذا المركب مع الأدوية المستخدمة في العلاج مثل الأمينوفيلين والفينتولين ومركبات الكورتيزون لمعرفة درجة فعاليته العلاجية.



فوائدها العلاجية الأخرى

أشار الدكتور محمد الدخاخني إلى فائدة الجزء الكربونيلي المفصول من الزيت الطيار للحبة السوداء عند حقنه في خنازير غينيا ضد صدمة الهستامين، وأنه يزيد أيضاً طرح حمض البولة uric acid في بول فئران التجارب بعد حقنها بهذا المركب بشكل يشابه فعالية مركب الثيوكينون، ودرس الدكتور محمد ثروت غنيم ومعاونوه تأثيرات خلاصة الحبة السوداء على تجلط الدم ونشاط انحلال الفيبرين fibrine واكتشفوا فائدة الجزء الدهني من البذور في إيقاف نزيف الدم من الأنف، ونشرت نتائج هذا البحث في مجلة الطب الإسلامي - الكويت عام **١٩٨٢**، كما يعتقد العلماء بفائدة الحبة السوداء في قطع رياح البطن carminative وفي تشجيع إدرار اللبن في ثديي الأم بعد اكتشاف عالم هندي اسمه أجراول Agrawale فائدة تناول الحبة السوداء في زيادة نمو ونضج أنسجة ثدي الفئران المرضعة لصغارها، ويعتقد بفائدة هذا النبات في تخفيف حدة القرحة المعدية وفي إدرار البول وتسكين حدة السعال.

سمية البذور

في مطلع التسعينيّات من هذا القرن جرب العالمان تينيكون Tennekon وجي فاثياپارين Jee Vathayaparen من سريلانكا تأثير تناول مستخلص بذور الحبة السوداء في الماء الساخن لفترة ٩٠ دقيقة (٢٥٠ جرام بذور في لتر من الماء) على وظائف الكبد في فئران التجارب مثل مستويات أنزيمات جاما جليتاميل ترانسفيريز Gamma- Glytamyl transferase وألكالاين فوسفاتيز Alkaline Phosphatase وأمينو ترانسفيريز Amino- Transferase في مصل الدم، فلاحظا حدوث ارتفاع في مستويات هذه الأنزيمات الكبدية بالمقارنة مع مجموعة أخرى من الفئران لم تعط الحبة السوداء في طعامها، لكنهما لم يكتشفا حدوث تغيرات مرضية نسيجية ملحوظة في أكباد تلك الحيوانات.

مراجع البحث

1- Agrawala, P. (1968).
Galactogogue action of cumin and Nigella sativa.
Ind.J.Mes. Res.56;(8), 841.

2- Akhtar, M.S. and Riffat, S. (1991).
Field trial of lappa roots against nematodes and Nigella sativa seeds against cetodes in children.J.Pak.Med.Assoc.41:(8),184.

3- Ali, B.A. and Hashim, H.E. (1991).
Effect of Nigella sativa on ingestion ability of mice peritoneal macrophages.
Saudi Pharmaceutical J.l:(1),18.

4- El-Khadi, A and Khandil, O. (1986).
Effect of Nigella sativa (the black seed) on immunity.
Bulletin Islamic Medicine, vol. 4,344, Kwait.

5- El- dakhakhing, M. (1982).
Pharmacological properties of some constituents of Nigella sativa. Bulletin Islamic Medicine, vol.2,595, Kwait.

6- Hanafy, M.S. and Hatem, M.E. (1991).
Studies on the antimicrobial activity of Nigella sativa seed (Black cumin).J.Enthopharmacol.34: (2 - 3), 275.

7- Ghunaim, T. et al. (1982).
Possible effect of Nigella sativa extracts on blood coagulation system and fibrinolysis. Bull. Islamic Med, vol. 2, 709, Kwait.

8- Mahfouz, M. and El-dakhakhiny, M (1960).
Isolation of a crystalline active principle from Nigella sativa seed.J.Pharm. (E.A.R), Vol. 42,9.

9- Mahfouz, M. and El-dakhakhiny, M (1960).
Some chemical and pharmacological properties of the new and anti asthmatic drug (Nigellon). Egypt. pharm. Bull.42:411.

10- Nair, SC., et al (1991).
Modulatory effects of crocus sativus and Nigella sativa extracts on cisplatin-induced toxicity in mice. J Ethnopharmacol. 31: (1), 75.

11- Salomi, N.J. et al (1992).
Antitumor principles from Nigella sativa seeds. Cancer Letter 63:41.

12- Tennekoom, K.H. et al (1991).
Possible hepatotoxicity of Nigella sativa seeds and dregea volubilis leaves.
J.Ethnopharmacol.31:(3),283.

13- Topozada, H.H et al (1965).
The antibacterial properties of Nigella sativa seeds.
J.Egypt. Med. Assoc.45:187.

14- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P180, 278. Bailliere Tindall, East bourne, England.

15- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. p244. Pitman Tindall, East bourne, England.

١٦ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص**٩٥**، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

١٧ ـ ابن قيم الجوزية.
الطب النبوي، ص٨، دار إحياء التراث العربي، بيروت، لبنان.

١٨ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص**٢٤٩**، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

١٩ ـ البغدادي، موفق الدين.
الطب من الكتاب والسنة، ص٨٨. دار المعرفة، بيروت، لبنان.

٢٠ ـ الذهبي، الحافظ أبو عبد الله محمد بن أحمد.
الطب النبوي. ص**٩٩**. دار إحياء العلوم، بيروت، لبنان.

٢١ ـ الغساني التركماني، الملك المظفر يوسف بن عمر بن علي بن رسول.
المعتمد في الأدوية المفردة. ص٢٧٤. دار القلم، بيروت، لبنان.

* * *



الحلبة



الحلبة: نبت من جنس البقول طوله دون ذراع له زهر أصفر يخلف قروناً رفيعة تنفتح عن بذور مستطيلة صفراء اللون شاع تجفيفها واستخدامها في الطعام، عرفه مشاهير الأطباء القدماء مثل ديسقوريدس وجالينوس وذكروا فوائدها لوحدها أو مع غيرها في علاج بعض الأمراض، وشاع في بعض المجتمعات البشرية كما في مصر شرب منقوع البذور الجافة في الماء الساخن بعد إضافة السكر إليها عوضاً عن الشاي وتناول بذور النباتات المستنبتة في بعض المناسبات والأعياد لمذاقها الخاص وفوائدها الغذائية، ويستعمل الهنود مسحوق الحلبة كأحد مكونات الكاري الذي يضيفونه كتابل إلى العديد من أطباق طعامهم.

أسماء النبات

يقول القاموس المحيط الحلبةُ بالضم: نَبتٌ نَافعٌ للصدرِ والسعالِ

والربوِ والبلغمِ والبواسيرِ والظَهرِ والكَبدِ والباءةِ، وذكرت المؤلفات العربية القديمةَ أسماء أخرى لها مثل: الفاريقا وأعترن، وبالإنجليزية Fenugreek واسمها العلمي: Trigonella foenumgraecum .L وهي من الفصيلة البقولية Leguminosae.

موطنها وانتشار زراعتها

عرفت زراعتها منذ القدم وينتشر نموها في جنوب أوروبا مثل إيطاليا واليونان وشمال أفريقيا كمصر والمغرب وكذلك الهند وسورية وغيرها من دول العالم.

وصفها النباتي

نبات حولي ساقه قائمة يصل ارتفاعه نحو نصف متر وجذوره وتدية، وتنتشر على جذوره عقد بكتيرية تثبت عنصر الأزوت مثل باقي أفراد الفصيلة البقولية، وأوراقه مركبة ريشية ثلاثية الوريقات، وأزهاره لونها أبيض مصفر وثماره على شكل قرون طويلة فيها ١٠ - ٢٠ بذرة، وبذوره لها شكل غير منتظم لونها أصفر أو أخضر مصفر أو بني مصفر إلى بني داكن.

الأجزاء المستعملة من النبات

تستخدم البذور الناضجة للنبات بعد تجفيفها وحفظها في مكان جاف بعيداً عن الرطوبة.

مكوناتها الفعالة

تحتوي بذور الحلبة على نسبة مرتفعة من البروتين تصل نحو ٢٦٪ وزيت ثابت ٦٪ وكربوهيدرات وعناصر معدنية أهمها الحديد والكالسيوم والفوسفور وفيتامينات مثل فيتامين د وحمض النيكوتنيك والكولين Choline وسابونين ومواد ملونة وتانين، وكذلك هلام نباتي بنسبة لا تقل عن ٣٠٪ من المستخلص الذائب في الماء وقلويد ترايغولينين trigonelline ونسب مرتفعة من فيتامين ج في البذور المستنبتة منها، واكتشف العلماء حديثاً احتواء بذور الحلبة على مركبات ستيروئيدية steroidal sapogenins وخاصة مركب دايوسجنين diosginin بنسبة ٠,٨ ـ ٢,٢٪ من وزنها الجاف وجليكوسيدز فيوروستانول Furostanol glycosides .

في الطب القديم

ذكرت المؤلفات القديمة العديد من الفوائد الطبية لبذور الحلبة عند استعمالها لوحدها أو مع غيرها، قال جالينوس عنها: تسخن إسخاناً بيناً وإذا أكلت مع المرق قبل الطعام لينت البطن وكثيراً ما تصدع وربما غثت وإذا أكلت مع الخبز قل تليينها للبطن ولم تصدع ولم تغث، وإذا شربت مع العسل تطلق البطن وتخرج ما في الأمعاء من الأخلاط الرديئة، ومما قاله عن الحلبة المستنبتة: إذا أكلها الإنسان بشكل معتدل فإنها تنفع المعدة وإن أكثر منها أتخمته وصدعته ولا ينبغي أن تؤكل في كل حين ولا يشبع منها، ولقد تنوعت استخدامات الحلبة في الطب الإسلامي القديم وقال عنها صاحب القانون ـ ابن سينا: دهنها مع الآس نافع للشعر ولآثار القروح وتدخل في أدوية الكلف وتحسين اللون وتغيير النكهة وتحلل البلغمية والصلبة وتنفع مع

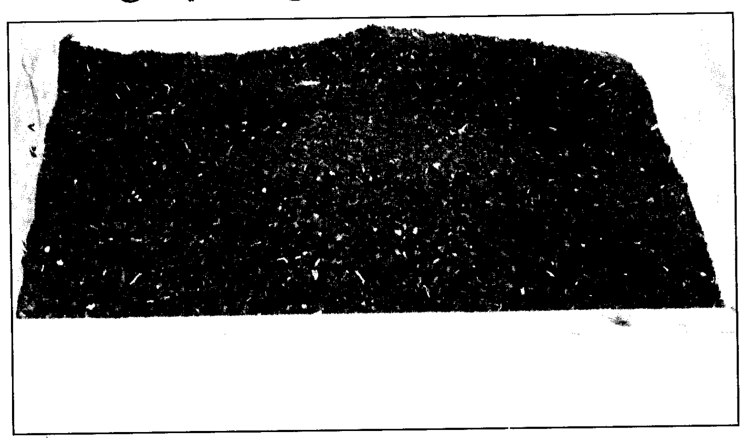
دهن الورد للحرق، وتصفي الصوت وتلين الصدر والحلق وتسكن السعال والربو وطبيخها بالماء جيد للإسهال، وتحقن أيضاً للمغص وتدر البول والطمث، وذكر عالم اللغة الشهير الفيروزآبادي في كتابه «القاموس المحيط» بعض فوائدها الطبية: نبت نافع للصدر والسعال والربو والبلغم والبواسير والظهر والكبد والمثانة والباءة.

فوائدها الطبية

● تستخدم بذور الحلبة رئيساً في الطب البيطري كمركب أروماتي An aromatic.

● يأكل البعض بذورها بعد غليها في الماء وإضافة السكر إليها مع الحليب أو بعد استنباتها بهدف زيادة شهيتهم للطعام والاستفادة من محتواها المرتفع من البروتين وفيتامين ج وغيرهما من العناصر الغذائية.

● في إيطاليا يستعمل نبات من نفس الجنس النباتي للحلبة يسمى: Trigonella monspellaca L. بعد طبخ بذوره في علاج الإسهال.



● ينتشر في مصر وسواها عادة إعطاء المرأة بعد ولادتها بذور الحلبة على شكل ثريد مضافاً إليه الحليب والدقيق والسكر اعتقاداً بفائدتها في إدرار الحليب في الثديين وتنظيف الرحم.

● لها خواص حفظ الأغذية فيفيد إضافة مسحوق الحلبة إلى المخلوط المستعمل في تغطية البسطرمة في طرد الحشرات وعدم تلوث اللحم أثناء عملية تجفيفه.

● في الطب الشعبي يستعمل بعض مرضى السكر بذور الحلبة بعد تحميصها في علاجهم للاعتقاد بخواصها التي تعيق ارتفاع تركيز السكر في الدم، وقام فريق علمي بالمركز القومي للبحوث في مصر بدراسة على تأثير إعطاء بذور الحلبة والترمس على مستوىٰ سكر الدم في فئران التجارب أصيبت بمرض السكر، فلاحظوا فائدتهما في خفض تركيز السكر وصل إلى ٣٥٪، وهناك حاجة إلى إجراء المزيد من الدراسات العلمية لتأكيد هذه الفائدة أو نفيها.

مراجع البحث

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. P79.
Butterworths Co, London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1571.
The parmaceutical press, London, England.

3- Trease, G.E.and Evans, W.C.. (1985).
Pharmacognosy. P482. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٤ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الأول، ص٢٨٠، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٥ ـ ابن سينا.
القانون في الطب. ص١٢٨، شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٦ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص١٤٣، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٧ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص١٦٥. دار الأهالي، دمشق، سورية.

٨ ـ الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص٩٨، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

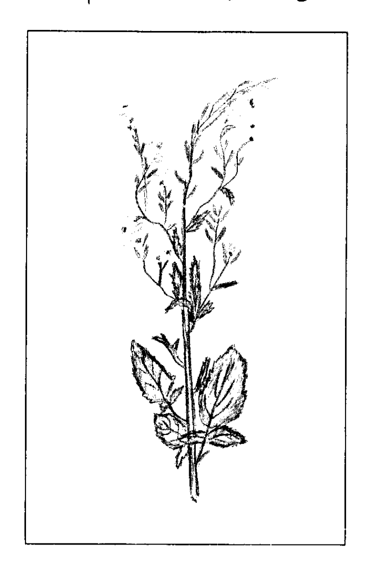
٩ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٦٧، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

١٠ ـ أبحاث وأعمال المؤتمر العالمي الثالث في الطب الإسلامي، الكويت، عام ١٩٨٤، ص٤٦٠.

* * *



الخردل هو أحد النباتات الطبية التي عرفها الإنسان منذ القدم، وذكرته كتابات الفراعنة وعلماء الإغريق والرومان، وعرف الخردل الأبيض باللغة الهيروغليفية بسخت، أما النوع الأسود منه بشخت، ومنه أنواع برية بعضها سام وأخرى بستانية، وينتشر استعمال بذور الخردل وزيته في الطب والتغذية، ويضاف الخل والملح إلى مسحوق بذور الخردل لعمل مستحضر المستردة الذي ينتشر استخدامه في بعض المجتمعات البشرية كتابل لبعض أطباق الطعام.



في القاموس المحيط الخَردلُ: حَبُّ شَجرٍ، والخردلُ الفارسي: نباتٌ بمصر يعرف بحشيشة السلطان، ويقول لسان العرب الخَردلُ: ضَربٌ من الحُرفِ معروف والواحدةُ خَردَلةٌ، وجاء ذكره في القرآن الكريم في آيتين هما ﴿وَإِن كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ أَتَيْنَا بِهَاۗ وَكَفَىٰ بِنَا حَٰسِبِينَ﴾ [٤٧ ـ الأنبياء]، ﴿يَٰبُنَيَّ إِنَّهَآ إِن تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ فَتَكُن فِى صَخْرَةٍ أَوْ فِى ٱلسَّمَٰوَٰتِ أَوْ فِى ٱلْأَرْضِ يَأْتِ بِهَا ٱللَّهُۚ﴾ [١٦ ـ لقمان]، أي زنةُ خَردلٍ، ويقال ما عندي من كذا خردلٍ شيءٌ، ويضرب به المثلُ في الصِغرِ فيقال ما عنده خَردَلةٌ من كذا، وخَردلت النَخلةُ وهي مخردلة وهي مخردل: كثر نفعها وعظم ما بقي من بسرها، ولحم خراديل ومخردل إذا كان مقطعاً، ومنه قول الشاعر كعب بن زهير:

يَغدو فَيلحم ضِرغامين، عَيشُهما حلمٌ من القومِ معفورٌ خَراديل

أي مقطع قطعاً.

والخردل بالإنجليزية Mustard، ويتبع الجنس النباتي Brassica sp. وله عدة أنواع نباتية له ولكل منها أصناف أهمها:

الأول: خردل أبيض: واسمه العلمي .Brassica alba L أو Sinapsis alba.

الثاني: خردل أسود أو بني ويسمى Sinapsis: واسمه العلمي .B.nigra L أو B.juncea.

الثالثة: خردل بري Wild mustrad (Charlock): واسمه العلمي B.arvensis (Sinapsis arvensis) وهو نبات سام للماشية ويسبب لها التهاب معوي وإسهال مع نزيف دموي ومغص شديد والتهاب بولي

وخروج دم في بولها وفتور في قواها، وقد يؤدي إلى حدوث شلل في عضلة القلب والجهاز التنفسي لها ثم موتها.

وتتبع أنواع هذا النبات الفصيلة الصليبية Cruciferae.

مناطق زراعته

ينتشر نمو الخردل الأسود أو البني من النوع النباتي B.nigra في أوروبا والولايات المتحدة، ويزرع النوع النباتي B.juncea في الهند والاتحاد السوفياتي سابقاً، وتوجد نباتات الخردل في منطقة البحر الأبيض المتوسط والسودان والعراق وسورية، ويزرع على جوانب الطرق والبساتين.

وصفه النباتي

الخردل الأسود عشب حولي يصل ارتفاعه إلى ٨٠ سم ساقه قائمة كثيرة التفرع وأوراقه متناوبة في ترتيبها على فروع النبات، وتكون أوراقه السفلية عميقة التفصص والمتوسطة متموجة الحافة والعلوية تامة الحافة تقريباً، وأزهاره صفراء في شكل نورات عنقودية، وثماره خردلة فيها ٣ ـ ٥ بذور صغيرة الحجم بنية أو سوداء اللون ولها مذاق حريف ورائحة نفاذة، بينما يكون الخردل الأبيض أكثر ارتفاعاً ويصل إلى متر ونصف، وساقه خشنة الملمس وتكون أوراقه السفلية بيضية الشكل ومفصصة، أما العلوية منها فتكون حافتها كاملة وثماره علبية الشكل يوجد داخلها عدد أكبر من بذور الخردل الأسود، ولونها مصفر، وتنفتح الثمار بعد نضجها وتخرج منها البذور، لذا تجمع ثمار النبات قبل اكتمال نضجها ثم تجفف لإخراج البذور منها.

الأجزاء المستعملة من النبات

تستخدم بذور الخردل بأنواعه الأبيض والأسود والبني.

صفات بذوره

تكون بذور الخردل الأسود كروية ونصف قطرها ١ ـ ١,٦ ملم، وغلافها الخارجي لونه بني مصفر إلى أصفر ويحتوي الجزء الخارجي للأدمة epiderm على هلام نباتي، ويكون الجنين فيها زيتي ولونه أصفر مخضر أو أصفر لامع عند معاملتها بمحلول قلوي، كما تكون بذور الخردل الأبيض كروية الشكل يتراوح نصف قطرها ١,٥ ـ ٢,٥ ملم وغلافها الخارجي لونه مصفر وناعم الملمس ويوجد هلام نباتي في الجزء الخارجي من الخلايا في الأدمة epidermal cells وسويداء البذرة زيتي، وعند معاملة البذور بالماء يعطي مسحوقها مذاقاً حريفاً ولا تظهر الرائحة الحريفة للخردل الأسود، ويعطي مسحوقها مع المحلول القلوي لون أصفر لامع.

مكوناته الفعالة

تحتوي بذور الخردل الأسود على مركبات أهمها سينجرين Sinigrin وميروسين Myrosin وينتج عن نقعها في الماء زيت طيار بنسبة ٠,٧ ـ ١,٣٪ وفيه ٩٠٪ مركب أليل أيزوثيوسيانات Allyl isothiocynate وتحتوي البذور أيضاً على زيت ثابت بنسبة ٢٧٪ وبروتين بنسبة ٣٠٪ وهلام نباتي ومقادير صغيرة من مركب كبريتات سينابين sinapine hydrogen sulphate (الموجود في الخردل الأبيض) ورماد بنسبة ٤,٢ ـ ٥,٧٪، بينما تحتوي بذور الخردل الأبيض على جلوكوسيد سينالبين

glucoside sinalbin وميروسين myrosin، ويحدث لها تكسر (تحلل) في وجود الرطوبة ويتكون أيزوثيوسيانات isothiocyanate وسينابين إيدروجين سلفيت sinapine hydrogen sulphate وسكر جلوكوز، ويكون مركب إيزوثيوسيانات سائل زيتي له مذاق حريف وخواص محمرة للجلد، لكن تقل شدة رائحة مركب أليل أيزوثيوسيانات الموجود أيضاً في بذور الخردل الأسود، كما تحتوي بذور الخردل الأبيض على زيت ثابت بنسبة حوالي ٣٠٪ وبروتين ٢٥٪ وهلام نباتي وكذلك رماد بنسبة نحو ٤٪ وكلا النوعين من بذور الخردل سام للماشية.

زيت الخردل

يفصل زيت الخردل الثابت fixed oil من البذور بواسطة عملية العصر وليس له طعم ولا رائحة ويشبه إلى حد ما زيت الزيتون لذا يستعمل أحياناً في عملية غشه، ويستخدم في صناعة الصابون وفي التغذية، وتطحن مخلفات عملية عصر البذور فتتحول إلى دقيق الخردل، ويستعمل المسحوق الخشن منه في عمل عجينة الخردل المعروفة بالمسترد الإفرنسي French mustard بعد إضافة الملح والخل والتوابل الأخرى إليها ويستعمل كفاتح للشهية.

ويحضر زيت الخردل الطيار volatile mustard oil إما صناعياً أو بعملية التقطير البخاري لمجروش بذور الخردل بعد فصل الزيت الثابت منها ويحتوي على نسبة لا تقل عن ٩٢٪ (وزن/وزن) من مركب أليل أيزوثيوسيانات، وهذا الزيت مُنفط شديد للجلد vesticant ومهيج ويجب عدم استنشاقه أو تذوقه بدون تخفيف، ويستعمل خارجياً كمهيج للأنسجة شديد الفعالية فيما يعرف بـ counter irritant ومحمر للجلد، ويحتوي زيت الخردل الثابت على نسبة صغيرة من الزيت الطيار وهو مهيج أقل شدةً لجلد الإنسان.

في الطب القديم

وصف الأطباء القدماء مسحوق بذور الخردل في علاج بعض الأمراض، ومما قاله ديسقوريدس عنه: له قوة تحلل وتسخن وتلطف وتجذب وتقلع البلغم إذا مضغ وإذا دق وضرب بالماء وخلط بالشراب المسمى أدرومالي وتغرغر به وافق الأورام العارضة في جنبي أصل اللسان والخشونة المزمنة العارضة في قصبة الرئة، وإذا دق وقرب من المنخرين جذب العطاس ونبه المصروعين والنساء اللواتي يعرض لهن الاختناق وإذا تضمد به نفع من النقرس، وقال أبو بكر الرازي عنه: إذا سحق ووضع على الضرس الدائم الضربان بلا ورم فإنك ترى منه نفعاً عجيباً سريعاً، ومما قاله داود الأنطاكي في تذكرته عنه: نافع لكل مر بارد كالفالج والنقرس واللقوة والخدر والكزاز والحميات الباردة بماء الورد شرباً وضماداً ويحلل الورم ويحمر الألوان ويغرغر به فيسكن أوجاع الفم والأسنان ويسكن النافض ويحلل الرياح الغليظة واليرقان والسدد ويفتت الحصى ويدر الفضلات ويهضم هضماً لا يفعله غيره.

فوائده العلاجية

تعددت الاستخدامات الطبية لبذور الخردل والزيت المستخلص منه مثل:

● تستعمل بذور الخردل في عمل لبخات (لصقات) بوضع مسحوق البذور بعد فصل الزيت الثابت منها في ماء فاتر ٥ ـ ١٠ دقائق تفيد في علاج آلام المفاصل والظهر.

● يدهن محلول زيت الخردل في الغول لتحمير الجلد فينشط الدورة الدموية فيه ويفيد ذلك في تخفيف آلام المفاصل والظهر.

● يؤدي تناول جرعات كبيرة من مسحوق بذور الخردل إلى حدوث القيء فيمكن استعماله عن طريق الفم في إخراج محتويات المعدة عند حدوث حالة التسمم.

● يستعمل زيت بذور الخردل بعد هدرجته كسواغ للتحاميل Suppositories بدلًا من زبد الكاكاو.

استخداماته الغذائية

تستعمل بذور الخردل بنوعيه بشكل واسع في عمل المسترد الإفرنسي French mustrad كتابل للأغذية بعد إضافة الخل والملح وغيرهما إلى مسحوق هذه البذور، ويستعمل كتابل لبعض أطباق الطعام لزيادة الشهية لها لأنه ينبه المعدة على إفراز عصارتها.

مراجع البحث

1- Bender, A.E..(1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p67.
Butterworths Co. London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1064.
The pharmaceutical press, London, England.

3- Trease, G.E. and Evans, W.D. (1985).
Pharmacognosy. p419, 534.. Bailliere Tindall, East bourne, England.

4- Wallis, T. E. (1985).
Textbook pf pharmacognosy. p199. Pitman Tindall, East bourne. England.

٥ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الأول، ص**٣١٨**، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٦ ـ ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب، ج١١، ص**٢٠٣**، دار صادر، بيروت، لبنان.

٧ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب. الجزء الأول، ص**١٥٦**، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٨ ـ الحسيني، محمد و المهدي، تهاني (١٩٩٠).
النباتات الطبية زراعتها ومكوناتها واستخداماتها العلاجية. ص**١٩٤**. مكتبة ابن سينا للنشر والتوزيع، القاهرة، ج.م.ع.

٩ ـ العودات، د. محمد (١٩٨٢).
النباتات السامة في سورية. مجلة علوم الحياة، عدد خاص، كانون الثاني، ص**٣٤**.

١٠ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص**٥٩**، دار الأهالي، دمشق، سورية.

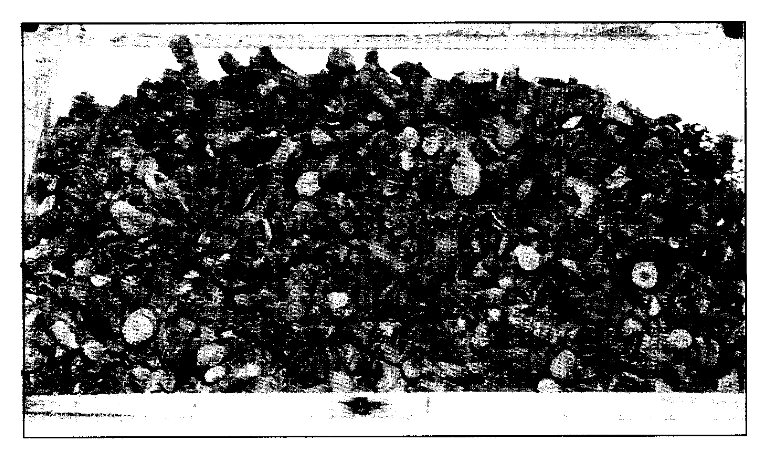
١١ ـ الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص**١٢٨٢**، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

١٢ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٨٦، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *



الخلنجان



عشب معمر دائم الخضرة انتشرت زراعته في جزر هيتان في جنوب شرق آسيا وجنوب الساحل الصيني المجاور لها، وله عدة أنواع تكون بعضها كنباتات للزينة لجمال أزهاره وخضرته الدائمة، وتزرع أنواع أخرى منه لاستخدامها في التغذية والطب، واستعمل القدماء جذور هذا النبات في علاج بعض أمراضهم وكأحد التوابل في تطييب طعامهم لرائحته ومذاقه المميزين، وقال العشاب العربي ابن البيطار في وصفه هذا النبات: عروق متشعبة ذات عقد لونها يتراوح بين السواد والحمرة شبيه بأصول النوع الكبير من السعد المسمى بعجمية الأندلس وهذه العروق حريفة الطعم تجلب إلينا من الهند وفيها عطرية.

أسماء النبات

الخِلنجانَ والخُولنْجَان وهما كلمتان من الفارسية من أصل سنكريتي، وبالإنجليزية Galangal rhizome، و Galangal واسمه العلمي Alpinia officinarum Hence ويعرف بالخولنجان الصغير وكثر استخدامه قديماً في الطب، وهو من الفصيلة الزنجبيلية Zingiberaceae.

وهناك أنواع أخرى للنبات مثل:

الخولنجان الكبير Greater Galangal وهو جذامير النوع النباتي Alpinia galanga willdenow يستورد من جزيرة جاوة Java بأندونيسيا وتكون جذامير هذا النبات ذات حجم أكبر ولون سطحها الخارجي بني برتقالي، وله خواص مشابهة للنوع العادي لكن مذاقه أقل حرافة وشاع استخدامه كتابل ومحسن لنكهة بعض أطباق الطعام.

مناطق زراعته

الموطن الأصلي للنبات هو جزر هينان Hainan والساحل الجنوب الشرقي للصين المجاور لها وماليزيا.

وصفه النباتي

وصف أبو القاسم بن محمد الغساني الشهير بالوزير هذا النبات بقوله: نبات قيل إنه يعلو من الأرض نحو الذراع، وله أصل يشبه أصول السعدي، وفي تلك الأصول تحزير، ولون داخلها وخارجها أحمر، وفي طعمها حرارة وطيب رائحة، وهذا العقار موجود عندنا بفاس (في المغرب)، كثير منه يجلب إلينا من البلاد المشرقية، وقال

داود الأنطاكي عنه في كتابه الشهير «تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب»: نبت رومي وهندي، يرتفع قدر ذراع وأوراقه قرفية اللون وزهره ذهبي وهو قسمان: غليظ عقد قليل الحرارة يسمى القصبي وسبط صلب يشبه العقرب في شكله فلذلك يسمى العقاربي وهو المستعمل، هو نبات معمر شبيه بالسرخس يصل ارتفاعه حوالي متر له أوراق كبيرة الحجم وله جذمور Rhizome متضخم يجمع من التربة خلال فصل الخريف ثم يغسل وتزال منه الجذور الرفيعة قبل تقطيعه إلى أجزاء وتجفيفه، ويتحول لون جذامير النبات الطازجة بعد جفافها من أصفر إلى بني محمر، ويصدر هذا العقار على شكل بالات، وتستعمل كميات صغيرة منه في بريطانيا وأوروبا.

وصف العقار

يتكون العقار من الجذامير المتفرعة لهذا النبات، يتراوح طولها ٥ ـ ١٠ سم وثخانة ١٢ ملم، وهي عادةً أسطوانية الشكل وأحياناً متضخمة أو مستدقة الطرف tapering ، وتكون في أحوال كثيرة متفرعة، ولونها بني محمر معتم وتبقى أحياناً الجذور الدقيقة متصلة بالجذمور، والعقار صلب القوام وخشن الملمس ويصعب تكسيره، وتكون الأنسجة الداخلية للجذامير ذات لون بني محمر، وله رائحة تابلية ومذاق لاذع وشديد الحرافة.

مكوناته الفعالة

تحتوي جذامير النبات على نسبة صغيرة من الزيت الطيار وفيه مركبات عديدة مثل ميثايل سيناميت methyl cinnamate وسينيول cineol، وكذلك جالانجول galangol هو زيتي القوام وحريف المذاق، كما يوجد

في الخلنجان مركبات بلورية صفراء عديمة الطعم مثل كامبفريد kaempferide والجلنجين galangin وأحادي ميثايل إيثر الجلنجين.

في الطب الإسلامي

عرف الأطباء المسلمون الأوائل هذا النبات ووصفوا استعماله لوحده أو مع غيره في علاج بعض أمراضهم. قال أبو بكر الرازي في كتابه «دفع مضار الأغذية»: كاسر للرياح موافق لمن يكثر به القولنج الريحي والجشاء الحامض، وقال في كتاب «الحاوي»: إنه يزيد في الباه جداً وينفع الكلى والخاصرة الباردتين، ومما قاله عنه أبو القاسم بن محمد الغساني الشهير بالوزير في كتابه «حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار»: نافع من الرطوبة المتولدة في المعدة هاضم للطعام بإسخانه لها وتحليله وإذابته للبلغم، ينفع أصحاب البلغم والرطوبات نفعاً بليغاً، نافع من القولنج مسخن للكليتين، يحرك الجماع ويهيجه، جيد للمعدة، نافع لوجع الكلى محلل الرياح ويطيب النكهة وبدله قرفة أو قرنفل وقيل بديله الدارصيني، ومما قال عنه داود الأنطاكي في تذكرته: محلل الرياح ويفتح السدد ويهضم ويحلل المفاصل والنسا وأوجاع الجنبين والخاصرة والظهر وهو يصدع المحرور ويضر الصدر ويصلحه الأنيسون ويحبس البول ويصلحه الكثيراء وشربه إلى مثقالين وبدله الدارصيني.

فوائد الطبية

- له خواص منشطة stimulant للجسم.
- له خواص قاطعة لرياح البطن carminative ويفيد استعماله في علاج سوء الهضم المصحوب بتجمع الغازات في الأمعاء.

استخداماته الغذائية

● يستعمل كتابل لبعض أطباق الطعام لتحسين طعمها كالأرز كما في المملكة العربية السعودية وغيرها وفي تحضير بعض مخاليط البهارات.

● يستعمله البعض في عمل مشروب ساخن كالشاي يشعرهم بالدفيء.

● يستخلص من جذامير النبات بواسطة التقطير البخاري زيت طيار لونه أصفر ورائحته كافورية.

مراجع البحث

1- Trease, G.E.and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P461. Bailliere Tindall, East bopurne, England.

2- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. p394. Pitman Tindall, East bourne, England.

٣ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الأول، ص٣٥٤، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٤ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب،. الجزء الأول، ص١٦٨، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٥ - الغساني، أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم.
حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار. ص٣١٦، دار الغرب الإسلامي، بيروت، لبنان.

الريحان*



أحيط قديماً نبات الريحان بهالة من السحر والغموض وسمي في موطنه الأصلي - الهند - بالعشبة الملكية King like herb وخصه الهندوس في عبادة اثنين من آلهتهم هما كرشنه Krishna وفيشنه Vidhnu وجعلوه كروح لحماية العائلة وقدسوه فامتنع بعضهم عن إضافته لأطباق طعامهم. وعرفه قدماء المصريين والعرب وكان موضع تقديرهم واحترامهم، وذكره بعض الشعراء العرب في قصائدهم كقول ابن زيدون في نُونيته الخالدة التي مطلعها:

يانائحَ الطَلحِ أشباهٌ عَوادِينا   نأسى لوادِيك أَمْ تأسَى لوادِينا

يقول فيها:

ليسقى عُهدكُمُ السُرورَ   فما كنتم لأرواحنا إلا رياحينا

وجاء ذكر الريحان في القرآن الكريم، وقال عنه العشاب الإنجليزي الشهير كلبيبر Culpeper (الريحان هو عشب مارس Mars

(*) نشر هذا البحث بمجلة «أهلاً وسهلاً» العدد الخامس، مايو/إبريل، ص ١٦ (١٩٩٤).

herb في برج العقرب، يسحب السموم من اللدغات وعض الحيوانات السامة)، ويحتفظ الفرنسيون بأصص نبات الريحان في منازلهم رغبة منهم في إبعاد الذباب عنها، ويزرع في الحدائق كأحد نباتات الزينة، واستعمله الأطباء القدماء في علاج بعض أمراضهم، كما تضاف أوراقه كتابل لبعض أطباق الطعام لمذاقه الحار الشبيه بالفلفل، ويستخلص من بعض أنواعه زيت عطري ذكي الرائحة، ومنذ قرون عديدة شاع استخدامه في أوروبا لخواصه العطرية.

أسماء النبات

قال صاحب الصحاح: الرَيحانُ نَبتٌ معروفٌ، وتعددت أسماؤه، قد يكون ذلك نتيجة اختلاف أنواعه واستخداماتها وسماه الفراعنةُ (ست) أو (شامو)، ووصفه ابن القيم الجوزية في كتابه (الطب النبوي): بأنه كل نبت طيب الريح فكل أهل بلد يخصونه بشيء من ذلك فأهل الغرب يخصونه بالآس وهو الذي يعرفه العرب من الريحان، وأهل العراق والشام يخصونه بالحبق وهو الريحان الفارسي ويعرف في اليمن بالحابي أو شجرة الرعاف ويسميه البعض حوك.

في الكتاب والسنة

جاء لفظ الريحان مرتين في الكتاب العزيز، وقال الإمام القرطبي في تفسيره قوله تعالى: ﴿وَٱلْحَبُّ ذُو ٱلْعَصْفِ وَٱلرَّيْحَانُ﴾ [١٢ - الرحمن]، قيل الريحان: كل بقلة طيبة الريح سميت ريحاناً لأن الإنسان يراحُ لها لرائحتها الطيبة، قال ابن الأعرابي: يقال شيء روحاني وريحاني: أي له روح، وفي الصحاح: الريحان نبت معروف، والريحان: الرزق، وتقول خرجت أبتغي ريحان الله،

والريحان: رزق للناس ولا شبهة في قول من قال: (إنه الريحان المشموم) وفي قوله تعالى: ﴿فَرَوْحٌ وَرَيْحَانٌ وَجَنَّتُ نَعِيمٍ﴾ [٨٩ ـ الواقعة]، قال مجاهد وسعيد بن جبير أي رزق، قال مقاتل: هو الرزق بلغة حمير، يقال: اطلب ريحان الله: أي رزقه، وقال قتادة: إنه الجنة، وذكر الضحاك: الرحمة، وقيل هو الريحان المعروف الذي يشم، قالها الحسن وقتادة أيضاً، ولقد سرد الثعلبي في الروح والريحان أقوالًا كثيرة سوى ما ذكرنا من أرادها وجدها هناك)، وفسر أبو بكر الرازي في «مختار الصحاح» معنى كلمة (الريحان) التي وردت في القرآن الكريم بأنها الرحمة والرزق، وقال عالم اللغة الفيروزآبادي في كتابه «بصائر ذوي التمييز في لطائف الكتاب العزيز» تفسير كلمة (الريحان) التي جاءت في سورة الرحمن: (ما له رائحة من النبات، وقيل رزق، وقيل لأعرابي: إلى أين؟ فقال: أطلب من ريحان الله: أي من رزقه).

وجاء في السنة النبوية ذكر كلمة (ريحان) في عدة أحاديث شريفة بمعنى نبات «طيب الريح محبب لنفس الإنسان»، ففي صحيح الإمام مسلم عن النبي ﷺ قال: من عرض عليه ريحان فلا يرده فإنه خفيف المحمل طيب الرائحة، وورد في سنن ابن ماجه من حديث أسامة رضي الله عنه عن النبي ﷺ أنه قال: «ألا مشمر للجنة هي ورب الكعبة نور يتلألأ وريحانة تهتز».. الحديث، وذكر الإمام البخاري في صحيحه عن أنس عن أبي موسى الأشعري قال: قال رسول الله ﷺ: «مثل المؤمن الذي يقرأ القرآن كمثل الأترجّة ريحها طيب، ومثل المؤمن الذي لا يقرأ القرآن كمثل التمرة لا ريح لها وطعمها حلو، ومثل المنافق الذي لا يقرأ القرآن كمثل الحنظلة ليس لها ريح وطعمها مر، ومثل المنافق الذي يقرأ القرآن مثل الريحان ريحها طيب وطعمها مر».



أنواعه

الريحان شجيرة تتبع الجنس النباتي .Ocimum sp وله حوالي ١٥٠ نوعاً، تتبع جميعها الفصيلة الشفوية Labiatae، وهو غير نبات الآس Myrtle المعروف ومن غير فصيلته النباتية، وأهم أنواع الريحان هي:

١ ـ الريحان الحلو sweet basil واسمه العلمي: Ocimum basilicum يصل ارتفاع النبات بين ٢٥ و٤٠ سم أو أكثر، ويستخلص منه زيت طيار له رائحة عطرية يستعمل في تحضير العطور.

٢ ـ الريحان الكافوري واسمه العلمي: O.killimandsc haricum يصل ارتفاع النبات إلى ٤٠ سم أو أكثر ويستعمل في الطب الشعبي.

٣ ـ الريحان الأثيوبي واسمه العلمي: O.menthaefolium.

موطنه ومناطق زراعته

الموطن الأصلي لنبات الريحان هو الهند، ثم انتقلت زراعته إلى مناطق كثيرة من العالم بما فيها الدول العربية وحوض البحر الأبيض

المتوسط والمناطق الحارة في أفريقيا وآسيا، ويزرع كأحد نباتات الزينة في الحدائق ولاستخراج زيته العطري ولاستخداماته كتابل لبعض الأغذية، والنبات له أصناف عديدة يتلائم نمو بعضها في المناطق المعتدلة أو تتحمل البرودة وأخرى تعيش في المناطق الأكثر حرارة في آسيا وأفريقيا.

ويزرع النبات في الحدائق وداخل أصص في المنازل، فتنقع البذور في الماء بعض الوقت للمساعدة في إنتاشها قبل زراعتها في نهاية فصل الشتاء في وجود الدفء والطقس المشمس في المشتل لأن النبات شديد التأثر بالبرودة داخل خطوط تبعد عن بعضها نحو ٢٠ ـ ٣٠ سم، ويروى باستمرار بالماء أثناء نموه، ثم تنقل شتلات النبات خلال شهر حزيران (يونيه) عندما يصل طولها نحو ٣٠ سم إلى مكانها المستديم في الحدائق.

وصفه النباتي

شجيرة الريحان صغيرة الحجم يصل ارتفاعها حوالي متر، وهي من نباتات الزينة يغطي فروعها الخضرية زغب ناعم وتكون أوراقها بسيطة معنقة بيضية الشكل وحافتها كاملة وأزهارها بيضاء اللون أو محمرة قليلًا، توجد في شكل نورات متجمعة.

الأجزاء المستعملة من النبات

يستعمل في الطب أوراق الريحان وأزهاره وبذوره، وبشكل خاص أوراق النبات في صورتها الطازجة أو بعد تجفيفها في مكان ظليل مزود بتهوية جيدة، ثم تحفظ داخل عبوات محكمة القفل في مكان بارد.

مكوناته الفعالة

تحتوي أوراق الريحان وأزهاره وبذوره على زيت عطري يستخلص منها بواسطة التقطير البخاري بعد تجفيفها، ويحتوي الريحان الحلو على زيت طيار يعرف بأوسيمين ocimene، ويوجد في الريحان الكافوري مركب الكافور camphor، وزيت الريحان الحلو هو سائل أبيض اللون له رائحة ذكية مميزة يحتوي على مركبات اللينالول linalol وسينيول cineol وإيوجينول وشاع استعماله في صناعة العطور ومعاجين الأسنان، أما زيت الريحان الكافوري فهو سائل أصفر اللون له رائحة الكافور وفيه مركبات اللينالول واليوجينول وسينامات الميثايل methyl cinnamate وكافور Borneol camphor، ويستعمل طبياً في عمل مستحضرات خاصة لعلاج الروماتزم ونزلات البرد، وتختلف أنواع الريحان في تركيب الزيت فيها.

في الطب القديم

عرف الأطباء القدماء الريحان الفارسي أو الحبق وهو غير الآس واستعملوه في علاج بعض الأمراض، وذكر ابن القيم في كتابه «الطب النبوي» فوائده: حار ينفع شمه من الصداع الحار إذا رش عليه الماء ويبرد ويرطب بالعرض، وبارد في الآخر، ويجلب النوم، وبذره حابس للإسهال الصفراوي ومسكن للمغص، مقوٍ للقلب، نافع للأمراض السوداوية، وقال الحافظ الذهبي في كتابه «الطب النبوي» عنه: حار يقوي القلب، والمرشوش منه ينوم وقيل أيضاً أن شمه ينفع الصداع ويجلب النوم.

فوائده الطبية

شاع في الطب الشعبي استعمال الريحان في علاج العديد من الأمراض:

● يستعمل منقوع أزهار الريحان الحلو وأوراقه في الماء الساخن في علاج الأرق وطرد غازات الأمعاء لتخفيف حدة المغص المعوي الناشئ عنها، ولإدرار اللبن في ثديي الأم المرضع وكمدر للبول.

● ويفيد شرب مغلي بذوره في علاج الإسهال المزمن ـ كما في الهند.

● أما الريحان الكافوري فيستعمل معجون أوراقه في عمل لبخات poultice لتسكين آلام المفاصل والالتهاب فيها لاحتوائه على مركب الكافور الذي شاع قديماً استعماله في مستحضرات دوائية لعلاج آلام المفاصل والروماتزم وما زال يستعمل لهذا الغرض، كما يفيد استنشاق الأبخرة الناتجة عن غلي أوراق هذا النبات في الماء في تخفيف حدة نزلات البرد والزكام.

استعمالاته الغذائية

أوراق الريحان الحلو لها مذاق حار قليلًا يقرب إلى الفلفل لذا يستعمله الأوروبيون وغيرهم خاصةً في إيطاليا واليونان كتابل في الطبخ لإثارة الشهية للطعام، فتُكسبُ أوراقه الخضراء الطازجة أو مسحوقها الجاف الطعام المضافة إليه مذاقاً طيباً، لذا يضيفه البعض إلى طبق الحساء وعند تحضير بعض الخضروات المطبوخة والسلطات، ويُكسب الطعام المطبوخ رائحة التوابل spicy ويستعمل في تتبيل اللحوم المطبوخة بأنواعها كالضأن والسجق والسمك، وكمادة مكسبة للنكهة



لأطباق المعكرونة والسباكتي والأرز والعجة وغيرها، وقد يضاف زيته إلى بعض الأغذية لتعطيرها كالحلويات والفطائر والصلصات وبعض الأغذية المطهية، ويستعمله البعض في صناعة معاجين الأسنان والصابون والنشوق والعطور.

مراجع البحث

1- Balbaa, S.I. et al (1981).
Medicinal plant constituents. p77, 111.
General organization for univ. and school books, Cairo., Egypt.

2- Trease, G.E, and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. p.108, 217.
Bailliere Tindall, East bourne, England.

٣ - ابن قيم الجوزية.
الطب النبوي، ص٢٤١، دار إحياء التراث العربي، بيروت، لبنان.

٤ - قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص٢٤٨، دار النفائس، بيروت، لبنان.

٥ - شمس الدين، أحمد (١٩٩٠).
التداوي بالأعشاب والنباتات. ص١٧٧، دار القلم، بيروت، لبنان.

٦ - الحسيني، م. محمد و المهدي، ص. تهاني (١٩٩٠).
النباتات الطبية زراعتها ومكوناتها واستخداماتها العلاجية. ص١١٩، مكتبة ابن سينا للنشر والتوزيع، القاهرة، ج.م.ع.

٧ - رويحة، د. أمين (١٩٨٣)،
التداوي بالأعشاب. ص٣٢٧، دار القلم، بيروت، لبنان.

٨ - قبيسي، د. حسان (١٩٩٣).
معجم الأعشاب والنباتات الطبية. ص٣٥٢، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٩ - الإمام القرطبي، محمد بن أحمد الأنصاري.
الجامع لأحكام القرآن. ج١٧، ص١٠٣، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

* * *



الزعفران*



الزعفران عشب معمر عرفه الإغريق والرومان والعرب واستعملت مياسم أزهاره الجميلة كصبغ وطيب ودواء، وخلال القرون الوسطى أدخل العرب زراعته إلى ربوع الأندلس ثم حمل الصليبيون بصلاته من المشرق العربي لزراعتها في البلدان الأوروبية الأخرى، وتتأقلم نباتاته في ظروف مناخية متباينة ساعد في التوسع في زراعته التي وصلت إلى الصين وشمال الهند شرقاً وإلى إسبانيا غرباً، وبيع الزعفران خلال القرن الثالث عشر الميلادي بأكثر من وزنه ذهباً، وهو مذكور في الأقراباذينات الأوروبية، وزرع الإنجليز في عام **١٧٢٩** ميلادية

(*) نشر هذا البحث بالمجلة العربية ـ العدد ٢٤٤. ص ١١٠ أيلول/ تشرين الأول ١٩٩٧.

مساحات كبيرة منه في المنطقة الممتدة بين مقاطعتي سافرون والدن saffron walden وكامبردج في بلادهم.

في اللغة



قال الفيروزآبادي في لسان العرب الزَّعْفَرانُ: هذا الصِّبْغُ المعروف وهو من الطِّيب، وجمعه بعضهم وإن كان جنساً فقال جمعه زعافر، الجوهري: جَمعهُ زعافِرٌ مثل تَرجُمانِ وتَراجِمَ وصَحصحان وصَحَاصِحَ، ويُقالُ زَعفَر الثَوبَ: صبغهُ، والزعفران أيضاً فرس عمير بن الحباب، والزعافر: حي من سعد العشيرة، ويقول القاموس المحيط: الزعفران من الحديد: صدؤه، ولقد أشاد بعض الشعراء العرب في وصف الزعفرانِ وقال مؤيد الدين الطغرائي عن حديقةٍ زُرعت فيها نباتاته:

وحديقةٌ للزعفرانِ تأرجَتْ ... وتبرجتْ في نَسجٍ وشيٍ موفق
شَكتِ الحيالُ فألقحتها نُطفةٌ ... من صوبِ غَاديةِ الغمامِ المُغدقِ
حتى إذا ما كانَ وقتُ ولادها ... فتَقَ الصبا منها الذي لم يفتقِ
عذراء حَبلى فطمتْ أولادها ... حَمراً وصُفراً في الحريرِ الأزرقِ
وكأنما اقتتلوا فاصفرَ خائفاً ... بحذاءِ قانٍ بالدماء مغرق

ويعرف الزعفران بالسعفران والريهقان لصفرة لونه، وكركيماس بالفارسية، وهناك أسماء أخرى قديمة له ذكرها داود الأنطاكي في تذكرته وهي الجساد والجادي والرعبل والدلهقان، ويسمى بالإنجليزية

saffron وهو عربي الاشتقاق أو hay saffron والاسم العلمي للنبات هو: Crocus sativus من الفصيلة السوسنية Iridaceae وهو يختلف عن السورنجان cochium والمعروف أيضاً بزعفران المروج Meadow saffron واسمه العلمي Colchium autumnale ، وتستعمل طبياً بذوره وبصيلاته corms بعد جفافها كعقار لتخفيف آلام النقرس الحاد.

مناطق انتشار نمواته

الموطن الأصلي للنبات هو منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط كسورية ولبنان وفلسطين والمغرب وتركيا واليونان وتوجد فيها نباتاته البرية ويزرع لأغراض تجارية للاستفادة من أزهاره في أوروبا كإسبانيا وفرنسا ومقدونيا وآسيا الصغرى واليونان وكذلك في إيران وسورية ويختلف موعد زراعته بين منطقة وأخرى في العالم.

وصفه النباتي

نبت معمر من كاسيات البذور وآحادي الفلقة يصل ارتفاعه ٣٠ ـ ٥٠ سم وجذره على شكل بصيلة أو كورمة صغيرة نادراً يزيد طولها عن ٣سم ويتكاثر بواسطتها، وأوراقه ضيقة شريطية الشكل خضراء اللون في أعلاها وناصلة في أسفلها يتراوح طولها ٢٠ ـ ٤٠ سم، وأزهاره كبيرة الحجم باذنجانية الشكل، يتكون غلافها الزهري من أجزاء متساوية الحجم والترتيب، وقلم الزهرة طويل مقسم إلى ثلاث مياسم يتراوح طولها بين ٣ و٦ سنتيمترات، ولها ألوان مختلفة منها الأصفر الذهبي والبرتقالي والبنفسجي تتدلى بين بتلات الزهرة والثمار علبية الشكل يوجد داخلها بذور صغيرة الحجم.

الأجزاء الطبية منه

تستعمل مياسم الأزهار الجافة لنبات الزعفران وقمم المدقات styles فيها وتحفظ داخل عبوات محكمة القفل بعيداً عن الضوء.

جمع العقار وتحضيره

يتكاثر النبات خضرياً بواسطة بصيلاته التي تزرع عادةً خلال شهري يوليو (تموز) وأغسطس (آب) في منطقة البحر الأبيض المتوسط في تربة سبق تحضيرها في الخريف الذي قبله، وتظهر الأزهار الأولى للنبات في سبتمبر (أيلول) أو أكتوبر (تشرين الأول) في السنة التالية، وفي الظروف البيئية المناسبة يزداد نموه الخضري ويكثر إنتاجه من الأزهار وتؤثر درجات الحرارة المنخفضة - في الطقس البارد - سلبياً عليهما، وتؤخذ البصيلة التي تضاعف عددها على الأقل بعد جني ٣ قطفات من الأزهار ثم تزرع ثانية خلال شهري مايو(أيار) ويونيه (حزيران) وتكون أفضل البصيلات جودة هي التي تجمع للإنبات خلال شهري يوليو (تموز) وأغسطس (آب)، وتحتاج زراعة الزعفران إلى عدد كاف من العمال، وتجمع الأزهار في الصباح الباكر ثم توضع داخل سلل عادية أو ذات غطاء hampers وتحمل إلى مكان جمع القطاف، ثم يأخذ العامل في يده اليسرى كل زهرة بدوره ويكسر المدقة style تحت الميسم stigmas بإظفر إبهامه الأيمن ويفصلها عن باقي الزهرة، ثم تجفف المياسم المفصولة بالحرارة الصناعية وهي أفضل من التجفيف الطبيعي، ثم توضع في مناخل شعرية hair sieves ثم تبرد بعد نحو ٣٠ - ٤٥ دقيقة وتخزن في مكان بارد، وتوفر كل ٩٠٠ ألف - ١٠٠ ألف زهرة خمسة كيلو جرامات من المياسم الطازجة أو نحو كيلو جرام من العقار الجاف.

صفات العقار

يباع الزعفران على شكل كتل مجزأة loose masses فيها مياسم أزهاره لونها بني محمر مع قطع مصفرة ويظهر بينها عادةً قمم المدقات وله رائحة أروماتية حلوه وطعم مر، ويتلون اللعاب عند مضغة داخل الفم بالأصفر البرتقالي، وتظهر المياسم عند فحص العقار المنقوع بالماء بعدسة المجهر إما مفردة أو متحدة كل ثلاث قمم apex للمياسم المصفرة، ويكون طول الميسم الواحد نحو ٢٥ مليمتر، ولها شكل قمع رفيع له حافة مسننة أو مشرشرة.

مكوناته الرئيسة

تحتوي مياسم أزهار الزعفران على زيت ثابت بنسبة ٨ - ١٣٪ وزيت طيار ١,٣٪ وعدة أصباغ كاروتينوئيدية carotenoid pigments تذوب في الماء ويتحلل مركب بروتوكروسين في النبات الطازج خلال عملية التجفيف إلى جزيئ واحد من كروسين crocin وهو جليكوسيد ملون وجزيئين من بروكروسين procrocin (جليوكوسيد ملون مر المذاق) ويتكون نتيجة التحلل المائي لمركب كروسين كل من جنتوبيوز gentiobiose وسافرانل safranal ويكون المركب الأخير مسؤولاً عن الرائحة المميزة للعقار، ولقد تمكن العلماء حديثاً من وصف مركبات شبيهة للكروسين (2-,3-,4 crocin) موجودة فيه، ويحتوي الزيت الطيار المستخلص من مياسم الأزهار والبتلات الزهرية على ٣٤ مركباً أو أكثر وهي رئيساً تربينات terpenes وغولات التربين terpene alcohols وإسترات.

في الطب الإسلامي

عَرف المسلمون الأوائل الزعفران واستخدموه في علاج بعض أمراضهم، قال داود الأنطاكي عنه: يفرح القلب ويقوي الحواس ويهيج الباه فيمن آيس منه ولو شماً، ويذهب الخفقان، وفي دهن اللوز المر يسكن أوجاع الأذن قطوراً، وفي الاكتحال يحد البصر ويذهب الغشاوة، والقروح والجرب والسلاق، وبالعسل يفتت الحصى ويحلل ويدر الفضلات، وقال عنه العشاب العربي ابن البيطار: يقوي الأحشاء ويحسن لون البشرة ومقوٍ للقلب.

يضاد السرطان

درس فريق من العلماء تكون من الدكتور نير Naire, S.C ومعاونيه من مركز أبحاث أمالا للسرطان بالهند النشاط المضاد للأورام الخبيثة للزعفران وهـي: Intraperitoneally transplanted sarcoma's 180 و Elrlich ascites carcinoma (E.A.C.) و Dalton's lymphoma ascites (D.L.A) في فئران التجارب والمنشور نتائج هذا البحث بمجلة J.Ethnopharmacol, Jan. 1991، وأعطوا فيها تلك الحيوانات ٢٠٠ ملجم لكل كجم من وزنها من مستخلص هذا النبات، فلاحظوا في التجارب المخبرية In vitro أنه مسمم للخلايا الخبيثة Cytotoxic، وعملت المركبات الفعالة فيه على موضع جزيئات ال د.ن.أ في الخلايا، وأظهرت التحاليل الكيموحيوية لدم هذه الحيوانات أنها طبيعية أثناء استعماله، وفعاليته المضادة لأنواع من السرطان، واكتشف حديثاً الدكتور تارانتيلز Tarantiles, P.A. ورفاقه من قسم العلوم العامة بكلية الزراعة بأثينا في اليونان التأثير المثبط للنمو والمحدث للتباين في الإصابة بمرض ابيضاض الدم من نوع Promyelocytic leukemia بواسطة مركبات الكاروتينويد Carotenoids في

الزعفران، ولاحظوا أن هذه المركبات لها تأثير معنوي على التكاثر الخلوي والتباين للمركبات H-60 في الخلايا، وتستعمل مركبات الروتينويدز Retinoids كعوامل كيماوية وقائية في الإنسان، والأمان في تأثيراتها هو العامل المحدد في استخدامها، ولا تكون الكاروتينويد في الزعفران كبادئ Precursor V.A لتكوين فيتامين أ، وهو أقل سمية من مركبات الروتينويد ولو استعملت جرعات كبيرة منها.

يساعد على تجمع الصفيحات الدموية

فصل فريق من العلماء من قسم الهندسة الكيماوية بجامعة أرستوتولليان Aristotolelian باليونان من براعم نبات الزعفران مركبات تسبب تجمع الصفيحات الدموية في الدم لإيقاف النزيف الدموي وأخرى تثبط حدوث ذلك.

تأثيراته على الذاكرة والتعلم

أظهرت أحد الأبحاث العلمية الحديثة التي أجراها الدكتور زانج Zhang, Y. ورفاقه بقسم الصيدلة الكيماوية بكلية العلوم الصيدلانية بجامعة طوكيو باليابان على فئران التجارب بعد إعطائها الغول، أن المستخلص الغولي للزعفران له تأثيرات على الذاكرة والتعلم في هذه الحيوانات، لكن لم يظهر عند تناول جرعة واحدة منه أي تأثير على تسجيل نشاط الذاكرة لديها، ولاحظوا أنه يحسن القصور الناشئ عن حصولها على الغول على تعلمها وذاكرتها، وأن له تأثير مسكن للألم Sedative effect.

في الطب الشعبي

يستعمل بعض عامة الناس الزعفران في علاج بعض أمراضهم مثل:

- مقوٍ للمعدة ويزيل المغص المعوي ويقوي الباه.
- يشرب منقوعه في الماء الساخن عند الشعور بالبرد والتشنج وفي علاج الربو الشعبي ولإدرار الطمث وكمنبه عصبي خفيف.

استخداماته العامة

يستعمل الناس الزعفران أساساً كمادة ملونة ومنكهة لبعض الأغذية وفي تحضير ما يعرف بكعكة الزعفران saffron cake وفي تحضير القهوة العربية في منطقة الخليج العربي ويستخدم كصبغة في بعض مستحضرات التجميل والعطور وملون للأغذية كالأرز والحساء وغيرها وفي تلوين الأقمشة والأدوية، ويسبب حدوث تسمم حاد في الأبقار عند إعطائها كميات كبيرة من الزعفران Autumnal crocus في عليقتها الغذائية، ونشر حديثاً تقرير علمي عن حدوث حالة التسمم في الإنسان نتيجة تناول مقادير كبيرة منه.

بدائله التجارية

هناك العديد من النباتات التي تستعمل بديلًا للزعفران أو تخلط به كوسيلة للغش لارتفاع ثمنه وهي:

١ - أزهار أذريون الحدائق Marigold واسمه العلمي: Calendula Officinalis وتلون في أحوال كثيرة ببرتقالي الميثايل وتعرف أحياناً بفيمنيل Feminell أو الزعفران الصيني.

٢ ـ التويجات الزهرية لنبات القرطم Safflower ويسمى العصفر واسمه العلمي Carthamus tinctorious وهو من الفصيلة المركبة Compositae، ويزرع القرطم كمحصول نباتي لاستخراج الزيت من بذوره والمعروف بزيت القرطم Safflower oil المستعمل في الطبخ وعلى مائدة الطعام، وتباع تويجات أزهاره بديلاً عن الزعفران.

٣ ـ مياسم أزهار حرير الذرة Corn silk واسمه العلمي Zea mays L. وهو من الفصيلة النجيلية Germineae.



1- Bender, A.E.(1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p181.
Butterworths Co. London, England.

2- Liakopoulou, Kyriakides, M. and Skubas, A.I.(1990).
Characterization of the platelet aggregation inducer and inhibitor isolated from Crocus sativus. Biochem. Int. oct. 22:, (1), 103-10.

3- Nair, S.C., and et al (1991).
Antitumour activity of saffron (Crocus sativus). Cancer letter, May 1,57(2), 109-14.

4- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p439, 860.
The pharmaceutical press, London, England.

5- Trease, G.E. and Evans, E.C. (1985).
Pharmacognosy. P231,527. Bailliere Tindall, East bourne, England.

6- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. p163. Pitman Tindall, East bourne, England.

7- Tarantilis, P.A. et al (1994).
Inhibition of growth and induction of differentiation of promyelocytic leukemia (HL60) by carotenoids from Crocus sativus L.Anticancer-Res., sept-oct.; 14(5A):, 1913.

8- Tarantilis, P.A. et al (1995).
Determination of saffron (Crocus sativus L.) components in crude plant extract.
J.Chromatogr.-A., May 5,699 (1-2):, 107-18.

9- Zhang, Y. et al (1994).
Effects of Crocus sativus L. on the ethanol-induced impairment of passive avoidance performances in mice. Biol. Pharm. Bull., Feb., 17(2), 217-21.

١٠ ـ ابن البيطار.
الطب العربي (الدرة البهية في منافع الأبدان الإنسانية). ٢٠٦، دار العلم، بيروت، لبنان.

١١ ـ ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج٤، ص٣٢٤، دار صادر، بيروت، لبنان.

١٢ ـ الفيروزآبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص٥١٢، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

١٣ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص١٦٤، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

١٤ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها، ص٨٠. دار الأهالي، دمشق، سورية.

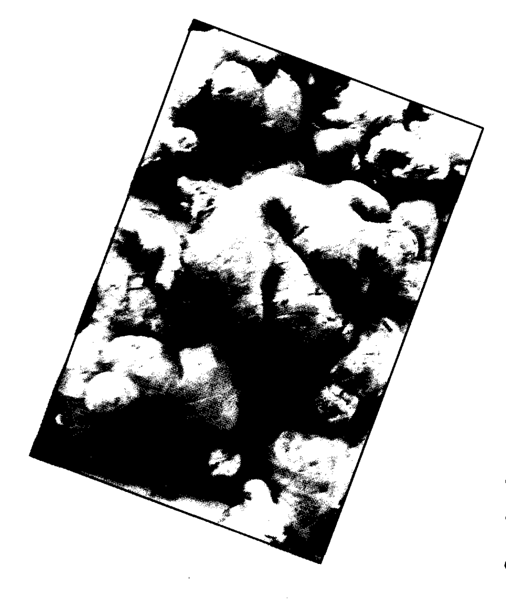
١٥ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٩٨، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

١٦ ـ نصر الله، سليمان (١٤١١هـ).
الزعفران في ميزان الذهب. مجلة القافلة، عدد ربيع الأول، ص٤٤.

١٧ ـ الورع، د. حسان، و كف الغزال، د. رامي، و مشنطط، د. أحمد هيثم (١٩٩٣).
النباتات الطبية والعطرية. ص٥٣٢، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية، حلب، سورية.

* * *





الزنجبيل نبات عطري معمر تستعمل جذاميره الأرضية المتضخمة كتابل ودواء، منذ زمن بعيد زرعه الهنود ولم تعرف له أنواع برية، واستعمله الإغريق والرومان كأحد التوابل لبعض أطباق طعامهم واستخدمه القدماء الصينيون والهنود في علاج بعض أمراضهم، وعرفته أوروبا خلال العصور الوسطى وراجت تجارته فيها وذاع صيته وعرفه الإنجليز جيداً في القرن الحادي عشر الميلادي وأدخل الغزاة الإسبان زراعته إلى جاميكا وجزر الهند الغربية الأخرى عندما استعمروها وشحنوا منها على سفنهم كميات كبيرة من الزنجبيل إلى بلادهم عام ١٥٤٧ ميلادية، وعرفه العرب الأوائل في شبه الجزيرة العربية وذكره بعض شعرائهم في قصائده، وجاء ذكر الزنجبيل في

(*) وافقت مجلة القافلة على نشر هذا البحث.

شراب أهل الجنة بقوله تعالى: ﴿وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَنجَبِيلًا﴾ [١٧ ـ الإنسان]، والعرب تصف الزنجبيل بالطيب وهو مستطاب عندهم جداً، فجائز أن يكون الزنجبيل في خمر الجنة وجائز أن يكون مزاجها ولا غائلة له، وجائز أن يكون اسماً للعين التي يؤخذ منها هذا الخمر واسمه السلسبيل أيضاً، وجاء ذكر الزنجبيل أيضاً في السنة النبوية فذكر أبو نعيم في كتابه «الطب النبوي» من حديث أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال: أهدى ملك الروم إلى رسول الله ﷺ جرة زنجبيل فأطعم كل إنسان قطعة وأطعمني قطعة.

أسماء النبات

يقول لسان العرب الزَنجَبيلُ: مما يَنبتُ في بلادِ العربِ بأرضِ عُمانَ وهو عروقٌ تسري في الأرض يؤكل رطباً كما يؤكل البقل ويستعمل يابساً وأجوده ما يؤتى به من الزنج وبلاد الصين، وزعم قوم أن الخمر يسمى زنجبيلًا قال: وزنجبيل عاتق مطبب، وقيل الزنَجبيلُ: العودُ الحرِيفُ الذي يُحذي اللسَانَ، وجاء ذكر هذا النبات في الشعر العربي، وقال الأعشى يذكر طعم ريق جارية:

كـأنَ الـقُـرنـفـلَ والـزَنـجـبـيـ ... ـلَ بَـات بِـفـيـهـا وأريـا مَـشـوراً

ويقول القاموس المحيط: (هذا النبات له أنواع هي: زنَجبيلَ الكلاب، بَقلةٌ وَرقها كالخلافِ قُضبانهُ حمرٌ يجلو الكلفَ والنمشَ ويقتلُ الكلابَ، وزنجبيل العَجمِ والأشترغازُ، وزنجبيلُ الشامِ: الراسَنْ).

يعرف الزنجبيل بالإنجليزية Ginger والاسم العلمي للنبات Zingiber officinale وهو من الفصيلة الزنجبيلية Zingiberaceae وتوجد منه العديد من الأصناف التجارية مثل الهندي والصيني والأفريقي والياباني والنيجيري والكوشن cochin والراتوم Ratom والصنف الجاميكي هو المستعمل تقليدياً في عمل المستحضرات الصيدلانية.

موطنه ومناطق زراعته

يعتقد أن الموطن الأصلي للزنجبيل هو جنوب شرق آسيا وتوجد نباتاته المزروعة في المناطق تحت الاستوائية التي تتوفر فيها أمطار لا يقل مستواها عن ٨٠ بوصة كل عام وتنتشر زراعته في الصين والهند وجاميكا والعديد من الدول الأفريقية.

وصفه النباتي

نبت حولي معمر له جذامير أرضية متضخمة Rhizomes وسوق هوائية طويلة، ويقول لسان العرب في وصفه: نبات شبيه بنبات الراسن وليس منه شيء برياً وليس بشجر، وقال داود الأنطاكي عنه: نبت له أوراق عريضة تفرش على الأرض وأغصان دقيقة بلا زهر ولا بزر، ووصفه القاموس المحيط: (نباته كالقصب والبردي)، تقلع جذاميره من التربة عندما تصبح ممتلئة، والنبات عقيم جنسياً يتكاثر بواسطة أجزائه الخضرية بأخذ أجزاء منه فيها براعم وزرعها في حفر ترابية.

الأجزاء المستعملة منه

تستعمل جذامير النبات المتضخمة في صورتها الطازجة أو بعد تجفيفها إما مزال منها القشور scraped أو غير مقشرة ويسوَّق تجارياً على شكل زنجبيل غير مبيض unbleached ginger.

فوائده الغذائية

تكون الأصناف التجارية للزنجبيل التي مصدرها جاميكا بأمريكا الوسطى أفضلها نكهة، بينما الأصناف الأفريقية هي أكثرها حرافةً،

ويحتوي كل مائة جرام من جذاميره الطازجة على المكونات التالية: بروتين ٢,٣٪، دهن ٠,٩٪، كربوهيدرات ١٢,٢٪، وسعرات حرارية ٦٧، وفيتامين ب١ ٦٠ ميكرو جرام، وفيتامين ب٢ ٣٠ ميكرو جرام، وحمض نيكوتنيك ٠,٦ ملجم، وكالسيوم ١٦٠ ملجم، وحديد ٢,٦ ملجم، وفوسفور ٦٠ ملجم، ومسحوق الزنجبيل لونه أصفر فاتح أو بني مصفر، يحفظ داخل أوعية محكمة القفل في مكان جاف بعيداً عن الضوء للمحافظة على خواصه، ويستعمل كمادة مكسبة للنكهة في بعض أطباق الطعام أكثر منه كدواء، ويستخدم في تحضير أحد أنواع الجعة (البيرة) المعروفة بجعة الزنجبيل Ginger beer ، وهناك العديد من مستحضراته الصيدلانية مثل شراب الزنجبيل وصبغة الزنجبيل tincture، ويتناوله بعض الناس في صورته الطازجة مطبوخاً ويستعمله آخرون كتابل لبعض أطباق طعامهم.

مكوناته الصيدلانية

يحتوي الزنجبيل على نسبة ١ ـ ٢٪ زيت عطري، و٥ ـ ٨٪ مركبات راتنجية وكذلك نشا وهلام نباتي mucilage وتعزى فوائده الطبية إلى محتواه من الزيت الطيار الذي يتركب من حوالي ٢٥ مركب يشمل أحادي تربينات monoterpenes وتضم بيتا ـ فيلاندرين B-phellandrene وكامفين camphene وسينيول cineole وسترال وبرونيول broneol ومركبات سيسكويتربين sesquiterpenes تشمل زنجبرين Zingiberene وبايسابولين Bisabolene، ويوجد فيه أيضاً مركب جنجرول Gingerol المسؤول عن الطعم اللاذع للزنجبيل وهو سائل زيتي فيه فينولات متجانسة، ويحتوي هذا النبات أيضاً على ٤,٥٪ أو أكثر مستخلص مركبات ذائبة في الغول (٩٠٪) ولا يقل عن ١٠٪ مستخلص مواد ذوابة في الماء.

في الطب القديم

عرف الزنجبيل عند أطباء اليونان بأنه دواء عام النفع معرق مقو للقلب والمعدة ، واستخدمه الأطباء العرب لوحده أو مع غيره في علاج بعض الأمراض، وأفاضوا في ذكر فوائده في مؤلفاتهم. وقال صاحب القانون ابن سينا عنه: يجلو الرطوبة من نواحي الرأس والحلق ويجلو ظلمة العين ويهضم ويوافق برد الكبد والمعدة، وينشف به المعدة وما يحدث من الرطوبات من أكل الفواكه ويهيج الباه، وقال الحافظ الذهبي في كتابه «الطب النبوي»: مسخن معين على هضم الطعام ملين للبطن تليينا معتدلاً نافع من سدد الكبد العارضة عن البرد والرطوبة ومن ظلمة البصر الحادثة عن الرطوبة أكلًا واكتحالًا، وبالجملة صالح للكبد والمعدة وإذا أخذ منه مع السكر وزن درهمين بالماء الحار أسهل ويقع في المعجونات التي تحلل البلغم وتذيبه، وذكر داود الأنطاكي فوائد الزنجبيل في تذكرته في قوله: يفتح السدد ويستأصل البلغم واللزوجات والرطوبات الفاسدة.

مضاد للقيء والدوار

أظهرت إحدى الدراسات الحديثة في الولايات المتحدة فائدة تناول مسحوق الزنجبيل ضد حدوث القيء Antiemetic وتفوقه على المستحضر الصيدلاني درامامين (dimenhyrinate) في الوقاية من حدوث الدوار motion sickness الناشئ عن ركوب السفن أو الطائرات أو غيرهما، لذا يفيد حصول الأشخاص الحساسين للسفر جواً وبحراً بعضاً منه قبل سفرهم للوقاية من حدوث أعراض الدوار.



قاطع لرياح البطن

تأكدت الفائدة العلاجية للزنجبيل في قطع رياح البطن carminative لمحتواه من الزيت العطري بعد أن شاع قديماً استعماله في هذا الغرض، وذكر ذلك مشاهير أطباء المسلمين مثل ابن سينا وكتب الطب النبوي لابن قيم الجوزية والحافظ الذهبي والطب في الكتاب والسنة لموفق الدين البغدادي...

منعش عطري

يفيد إضافة القليل من مسحوق الزنجبيل إلى أطباق الطعام مثل غيره من التوابل في زيادة الشهية للطعام، واستعمله الأطباء القدماء في تحضير العديد من المخاليط مع العسل وغيره اعتقاداً بفائدته في تقوية الباه، وذكرت الكتب القديمة ذلك وأسهبت الحديث عنه، والحقيقة لم تتأكد علمياً مثل هذه الاعتقادات بالرغم من رسوخها في أذهان الكثير من العامة ويتوارثونها جيلًا بعد جيل.

يخفف آلام المفاصل

اكتشف حديثاً فريق من العلماء الدانمركيين عملوا في جامعة أودينس Odense أن الزنجبيل يخفف الآلام لمرضى التهاب مفاصل العظام، بعد أن جربوا تأثيره على سبعة مرضى منهم تناول كل واحد أما خمس جرامات زنجبيل طازج أو ٠,٥ - ١ جرام من مسحوقه الجاف فترة ثلاثة شهور وشعر جميعهم بعد ذلك تحسناً في حركة مفاصلهم واختفاء الألم منها وقلة الانتفاخ والخشونة فيها، واعتقد أولئك الباحثون أن الزنجبيل قد يعمل على تثبيط عمل أنزيمات سيكلو أوكسيجينيز Cyclo-oxygenase وليبو أوكسجينيز Lipo-oxygenase التي تكون هرمونات البروستاجلاندين وليوكوكترنيز leukoktrienes اللذان يزيدان شدة الأمراض الالتهابية في جسم الإنسان.

مراجع البحث

1- Anon. (1985).
Ginger eases painful joints. Middle east health, 13: (4), 35.

2- Antia, F.P.(1985).
Clinical dietetics and nutrition. p637.
Oxford university press, London, England.

3- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutritrion and food technology. p90 Butter worths co, London, England.

4- Reynolds, J.E. F., et al (ed) (1989).
Martindale. p.1063, The Extra pharmaceutical press, London, England.

5- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P389. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٦ - ابن سينا.
القانون في الطب، شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، ص٧٧، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٧ - ابن قيم الجوزية.
الطب النبوي، ص٢٤٦، دار إحياء التراث العربي، بيروت، لبنان.

٨ - ابن منظور، جمال الدين.
لسان العرب ج٥، ص٣١٢، دار صادر، بيروت، لبنان.

٩ - قدامة، أحمد.
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص٢٦٠ ودار النفائس، بيروت، لبنان.

١٠ - البغدادي، موفق الدين.
الطب من الكتاب والسنة، ص١١٤، دار المعرفة، بيروت، لبنان.

١١ - الفيروزآبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط، صفحة ١٣٠٦، مؤسسة الرسالة بيروت، لبنان.

١٢ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب. الجزء الأول، ص١٦٥، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

* * *



السحلب

نبات بري معمر أحادي الفلفلة له جذمور متفرع، يستعمله أهل بلاد الشام ومصر في تحضير مشروب شعبي ساخن يعرف بالسحلب، وهو غير مذكور بهذا الاسم في معاجم اللغة القديمة وكتب مفردات النباتات الطبية لمشاهير الأطباء العرب الأوائل، وربما عرف بخصى الثعلب لوجود زوج من الدرنات الصغيرة المتقاربة تشبه الخصيتين في جذر النبات، والاسم العلمي لجنس نباته هو Orchis sp. وتعني بالإفرنسية الخصية وتكون درناته وأزهاره ذات الأهمية الاقتصادية، ويتكاثر النبات بواسطة درناته التي تخزن فيها المواد الغذائية.



أسماء النبات

السَحلبُ وتسميه الكتب العربية القديمة (خَصَى الثعلبُ، وقَاتلُ أبيهِ)، وبالإنجليزية Salep ويضم ٣٥ نوعاً له يمكن تصنيفها حسب شكل درناته إلى مجموعتين هما:

الأولى: درنات بيضية: وتضم أنواع نباتية مثل: Orchis.militaris, O.mascula, O.palustris, O.simia.

الثانية: درنات أصبعية: وتضم أنواع نباتية مثل: O.maculata, O.latifolia،

وتزرع أنواع أخرى لجنس هذا النبات في الحدائق لجمال أزهارها وتسمى الأوركيد، وجميعها تتبع الفصيلة السحلبية Orchidaceae وهي من أحد أكبر الفصائل النباتية المزهرة وتضم ٧٣٥ جنساً و١٧٠٠٠ نوعاً نباتياً وعدد كبير من الأصناف.

مناطق زراعته

تنتشر النباتات البرية للسحلب في شرق البحر الأبيض المتوسط كاليونان وتركيا وقبرص وسورية وكذلك إيران وغيرها.

وصفه النباتي

نبت معمر صغير الحجم له ساق قائمة، تكون أوراقه ذات عروق متوازية، وأزهاره على شكل نورات عنقودية توجد في نهاية ساقه الزهري وهي صفراء وردية أو بنفسجية اللون، ويتكاثر النبات بإعادة زرع درناته وتخرج منها خلال فصل الربيع درنة صغيرة جديدة بجانبها داخل التربة ثم تموت الدرنة القديمة والساق الزهرية للنبات ويكبر حجم الدرنة الجديدة.

جمع درناته وتحضيرها

تجمع الدرنات أثناء فترة إزهار النبات وقبل موت ساقه الزهري ثم تنظف وتربط مع بعضها بخيط ثم تغمر في ماء ساخن لدرجة الغليان لقتل البراعم فيها ثم تجفف في الهواء الطلق.

مكوناته الفعالة

تحتوي درنات السحلب على نحو ٥٠٪ من وزنها هلام نباتي mucilage و٣٠٪ نشا و١٣٪ دكسترينات وسكريات أحادية وثنائية بالإضافة إلى زيت طيار وبروتين وعناصر معدنية.

في الطب الإسلامي

عرف الأطباء المسلمون الأوائل خصى الثعلب فيما يعرف الآن بالسحلب، وذكر صاحب القانون ـ ابن سينا: أن هناك نوعان منه سمى أحدهما أندرياس، وقال في وصفه: نبات ورقه يشبه ورق الكراث إلى الطول إلا أنه أعرض منه، فيه رطوبة وله ساق طوله نحو شبرين وزهر لونه إلى لون الفرفير وله أصل شبيه بالخصيتين، وذكر فوائده: ينفع من التشنج والفالج ويشهي الباه ويعين عليه خصوصاً بالشراب، ضماده يفتح النواصير، وإذا شرب في الشراب عقل سدد البطن.

فوائده الطبية

● يستعمل السحلب كمادة مثبتة للمعلقات في شكل مستحلب في بعض المستحضرات الصيدلانية.

● يفيد احتواء السحلب على هلام نباتي لاستعماله في تخفيف حدة الإسهال والالتهاب المعوي في الأطفال.

أستخداماته الغذائية

● يستعمل مسحوق السحلب في عمل بعض الصناعات الغذائية لمحتواه من الهلام النباتي كمادة مثبتة للمعلقات كما في صناعة المثلوجات اللبنية - الأيس كريم.

● يستخدم في عمل مشروب شعبي ساخن مع الحليب والسكر يسمى السحلب في بلاد الشام ومصر ويضاف إليه مسحوق القرفة وأحياناً المكسرات قبل تقديمه.

مراجع البحث

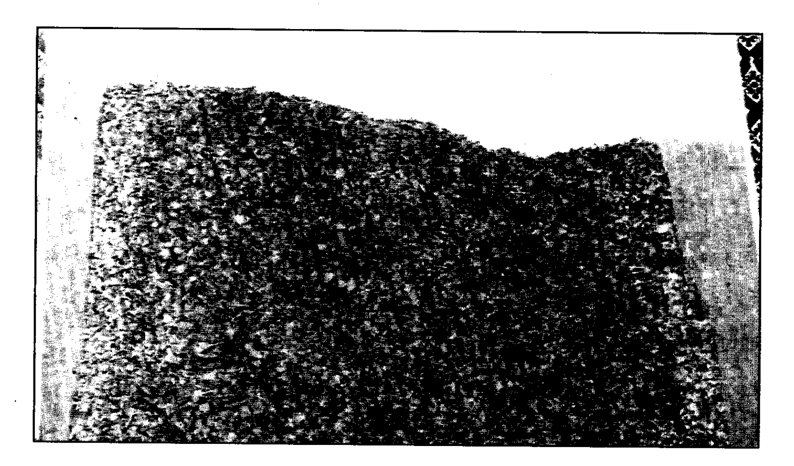
1- Trease, G.E.and Evans, W.C.(1985). Pharmacognosy. P.238 Bailliere Tindall, East bourne, England.

٢ - ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦) وص٣١٦، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٣ - العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص١٢٩. دار الأهالي، دمشق، سورية.

٤ - قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات. ص٢٦٩، دار النفائس، بيروت، لبنان.





السعتر من أقدم النباتات التي عرفها الإنسان، واستعمله الإغريق والرومان كبخور في معابدهم وأضافوه إلى بعض أغذيتهم لإكسابها نكهته ومذاقه المستحبين، كما استخدمه الفراعنة في تحنيط موتاهم لاحتوائه على مركبات مطهرة ومضادة للجراثيم، وحرقت أوراقه لتبخير الغرف والملابس لرائحته المستحبة، وسماه النباتي الشهير كالبيبر Culpepper (عشب فينوس)، وذكر الأطباء القدماء مثل ديسقوريدس وجالينوس أوصاف نباتاته وفوائده العلاجية عند استعماله لوحده أو مع غيره، ونقل الرومان زراعته إلى بريطانيا، وعرفه الأطباء المسلمون مثل ابن سينا وابن البيطار وداود الأنطاكي وذكروا فوائده في مؤلفاتهم

الشهيرة، والسعتر له أنواع عديدة منه البري والبستاني والجبلي حسب الأماكن التي ينبت فيها، وينتشر نمو هذا النبات على منحدرات الجبال والأراضي السبخية في وجود طقس دافئ مشمس في تربة جيرية جافة ذات صرف مائي جيد وتجذب أزهاره النحل التي تتغذى على رحيقها وتنتج عسلًا شهيراً له رائحته ونكهته، وتباع أوراق السعتر في صورتها الطازجة أو الجافة أو محفوظة في محلول ملحي.

أسماء النبات

في لسان العرب قال الجوهري: السَعترُ نَبتٌ، وبعضهم يكتبه بالصاد (صَعْترُ) وفي كتب الطب القديم لئلا يلتبس بالشعير ويسمى في الآرامية زعتر والحاث، ويقول القاموس المحيط الصَعتُر: السَعتَرُ، وإذا فرش في موضع طرد الهوام، وصَعترَ النحلِ وزعَتَر الشيء: زَينَهُ . ويسمى بالعامية الدارجة في بلاد الشام (الزَعْتر) وبالإنجليزية ,Thyme Common thyme و Rubbed thyme و Lemon thyme. وهناك أنواع كثيرة لنبات السعتر تتبع الفصيلة الشفوية Labiatae ويضم الجنس Thyme .sp ٣٠٠ ـ ٤٠٠ نوع تختلف في شكلها العام وأوراقها وأزهارها ونسب كلٍّ من الزيت العطري ومركب الثيمول فيها وأشهرها:

١ ـ السعتر البستاني (العادي) Garden thyme: واسمه العلمي Thyme vulgaris تزرع نباتاته في البساتين لاستعمال أوراقه في بعض أطباق الطعام.

٢ ـ السعتر البري Wild thyme: واسمه العلمي Thymus serpyllym تنتشر نمواته البرية في المنحدرات المشمسة والمروج وأطراف الحراج في منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط والقريبة منه مثل سوريا وفلسطين والأردن واليونان.

٣ ـ السعتر الفارسي Thymus capitatus Hoffmg link: توجد نمواته البرية في الهضاب الجافة في سورية، ويزهر النبات خلال شهري حزيران (يونيه) وتشرين الأول (أكتوبر) وتصل نسبة مركب الثيمول في زيته الطيار نحو ٤٠٪.

٤ ـ السعتر الليموني Lemon thyme وعرف بهذا الاسم لرائحة أوراقه الشبيهة بالليمون.

موطنه ومناطق زراعته

عشب معمر أو جنبة subshrub دائمة الخضرة، موطنه الأصلي منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط مثل سورية كمنطقة الساحل وحوران والجولان وغور نهر الأردن وفلسطين، وتوجد أنواعه المزروعة في البساتين.

وصفه النباتي

تختلف أنواع نبات السعتر لحد ما في مظهرها وشكلها العام وأوراقها وأزهارها ونسب الزيت الطيار والثيمول وغيرها في الأوراق.

أولًا: السعتر البستاني: ساق نباته خشبية كثيرة التفرع وارتفاعه ٣٠ ـ ٤٠ سم وتخرج أوراقه مباشرة من فروعه أو لها عنق قصير ويغطي سطحها السفلي وبر ناعم فضي اللون وفيها غدد شعرية يخرج منها زيت طيار له رائحة عطرية مميزة تجذب إلى نباتاته البرية حشرات النحل فتفرز عسلًا مشهوراً في جبل هيمتس Hymettus القريب من مدينة أثينا باليونان، ويتصف هذا النوع من العسل بنكهة ومذاق السعتر البري الذي تغذت النحل برحيق أزهاره، ويزهر النبات في فصل الربيع

(نيسان وأيار) وتكون أزهاره خنثى وصغيرة الحجم وذات لون أحمر باهت.

ثانياً: السعتر الفارسي: شجيرة يصل ارتفاعها ٢٠ ـ ٤٠ سم، مكسوة بشعر قصير، وأغصانها تحمل شوكة في نهايتها، وأوراقها قاسية خيطية طولها ٢ ـ ٤ ملم، وتوجد أوراق فتية في إبطها، والزهرة بيضية الشكل طولها ٦ ـ ٨ ملم.

ثالثاً: السعتر الليموني تكون أوراق نباته أعرض ولونها أخضر لها لمعان أكثر وله رائحة ليمونية قوية مستحبة ويستعمل لوحده أو مخلوطاً مع غيره من النباتات.

الأجزاء المستعملة من النبات

تستخدم أوراق النبات وقممه الزهرية وقمم فروعه الخضرية في الطعام والطب.

مكوناته الصيدلانية

تحتوي أوراق النبات وقممه الزهرية على زيت السعتر Thyme oil الطيار بنسبة ٠,٥٪ وفيه نسبة ٢٠ ـ ٣٠٪ أو أكثر من مركب الثيمول وسابونينات saponins (oleonolic acid) وتربينات وتانين وغيرها، والسعتر له رائحة عطرية قوية ومذاق مر قليلاً حار وتأثير مطهر ومبيد للجراثيم وكمادة حافظة لمحتواه من مركب الثيمول وهو من نفس الفصيلة النباتية للنعناع، ويكون الثيمول النقي على شكل بلورات لا لون لها أو مسحوق بلوري أبيض له رائحة أروماتية لاذعة pungent تشبه السعتر يذوب جزء واحد منه في كل ألف جزء من الماء وبنسبة

١:١ في الغول و١:١,٥ في الإيثر، ويخزن في أوعية محكمة القفل بعيداً عن الضوء، والثيمول مركب مطهر disinfectant أكثر فعالية من الفينول، لكن استعماله محدود نتيجة انخفاض ذوبانه في الماء وهو مهيج للأنسجة وحساس للبروتين.

في الطب القديم

عرف الأطباء القدماء السعتر ووصفوا استخداماته لوحده أو مع غيره في علاج بعض الأمراض، ومما قاله ديسقوريدس في ذلك: إذا لعق بالعسل شفى من السعال وإذا شرب طبيخه في الحمام نفع من الحكة والجرب واليرقان وعصارته، وهو طري ينفع من ورم العضل الذي على جانبي اللسان وورم اللهاة والقلاع إذا استعمل لذلك وإذا استعط بها مع دهن الأبرسا أخرجت من الأنف فضولاً وإذا استعطت مع اللبن سكنت وجع الأذن ويعمل منه دواء يقيئ مع البصل والسماق. وقال جالينوس عنه: السعتر الذي يعرف بالأنوقلي أقوى من المسمى أونيطس وأقوى منهما جميعاً المعروف بأورينانس البري وجميع أجناسه قوتها ملطفة قطاعة مجففة أما طراعوار يعانس ففيه شيء من القبض، وقال أبو بكر الرازي عنه في كتابه «دفع مضار الأدوية»: مشه للطعام، منق للمعدة والأمعاء من البلاغم الغليظة، ملطف للأغذية الغليظة والأعضاء ويحل نفخها إذا أكل وطبخ مع ماء الكمأة والباقلي الرطب وما أشبهه، وإذا وقع مع الخل أيضاً لطف اللحوم الغليظة والأعضاء كالأكارع ولحوم العجل وأكسبها فضل لذاذة. وقال صاحب القانون ـ ابن سينا عنه: محلل ملطف، ينفع من أوجاع الوركين يمضغ فيسكن وجع الأسنان ويشفي اللثة المترهلة لقوته المحرقة ودهنه ينفع الصدر والرئة وينفع الكبد والمعدة، يدر البول من المثانة والكلية ويخرج الديدان. وذكر الحافظ الذهبي في كتابه «الطب

النبوي» فوائده العلاجية: حار يابس في الثالثة طارد للريح محلل للنفخ هاضم للطعام الغليظ محسن للون مدر للبول والحيض نافع من برد المعدة والكبد باعث للشهوة وشمه للزكام وإذا شرب قتل الدود.

قاطع لرياح البطن

عرف الأطباء القدماء فائدة تناول أوراق السعتر في قطع رياح البطن carminative وزوال النفخة flatulence الناشئة عنها وما تسببه من ازعاج ويعزى هذا التأثير إلى محتواه من الزيت العطري.

مهدىء للمغص المعوي

يفيد تناول أوراق النبات أو شرب مستخلصها المائي في تهدئة آلام المغص المعوي الناشئ عن التقلصات في جدران الأمعاء بفعل تجمع الغازات فيها أو لأسباب أخرى.

كمحلول مطهر للفم

يفيد استعمال منقوع أوراق السعتر في الماء الساخن كمحلول غرغرة لتطهير تجويف الفم بما فيه اللثة والحلق والمساعدة على علاج التهابات اللثة ويعزى ذلك إلى محتواه من مركب الثيمول الذي يفوق في فعاليته المطهرة ضد الجراثيم مركب الفينول.

طارد للديدان المعوية

عرفت قديماً فائدة تناول أوراق السعتر في طرد الديدان المعوية -

الأنكلستوما hookworm نتيجة محتواه من الثيمول، ولا يزال يستعمله البعض في الطب الشعبي لهذا الغرض.

ضد أمراض في الجهاز التنفسي

شاع في الطب الشعبي استخدام أوراق السعتر كمقشع ومخفف لشدة السعال والربو القصبي وفي تخفيف حدة التهابات الرئة لاحتوائه على مركب الثيمول ذو التأثير المضاد للجراثيم.

استعمالاته العامة

تتنوع استخدامات السعتر وزيته في الطعام وغيره مثل:

● يستعمل مسحوق أوراق السعتر خاصةً في سوريا في عمل خلطة يسميها عامة الناس (الزعتر) وتتركب من السعتر والسماق والسمسم والكمون والكزبرة والأنيسون والشمر وقد يضاف إليها مواد أخرى كالفستق الحلبي، وتشتهر بشكل خاص مدينة حلب بإنتاجه وتسويقه داخل سورية وخارجها، كما يحضر في الأردن وفلسطين خلطة سعتر مشابهة، ويؤكل مستحضر الزعتر على مائدة الطعام مع زيت الزيتون أو يستعمل في عمل فطائر الزعتر وغيرها.

● يستخدم أوراق السعتر في عمل مشروب غولي يسمى بندكتين Benedictin liqueur.

● يستعمل زيت السعتر لرائحته المستحبة في صناعة الصابون وبعض مستحضرات التجميل والعطور.

● السعتر الجاف له رائحة مستحبة مثل اللافندر عند استعماله للشراشف المخزنة ويساعد في إبعاد الحشرات عنها.

● يستخدم السعتر الليموني كالسعتر البستاني أو البري لكن نكهته ورائحته المشابهتين لليمون يفضلها البعض فيستعملونه في تحضير أطباق طعامهم من السمك والدجاج واللحم.

● يحضر من أوراق السعتر الجاف عادة مشروب خاص يشبه الشاي (ملعقة صغيرة من السعتر كل كأس من الماء) بإضافة الماء الساخن إلى درجة الغليان إليها ثم يترك نحو ٥ دقائق قبل تصفيته.

نباتات أخرى مصدر للثيمول

تحتوي العديد من أفراد الفصيلة الشفوية على مركب الثيمول في الزيت الطيار فيها وهي مصدر جيد له أهمها الآتي:

١ - النوع النباتي Horsemint واسمه العلمي: Monadra punctata وتصل نسبة الثيمول في الزيت الطيار فيه نحو ٦٠٪.

٢ - النوع النباتي Ajowan واسمه العلمي: Trachyspermum ammi وتكون نسبة الثيمول في الزيت الموجود في أوراقه ٤ - ٥٥٪.

٣ - أنواع الجنس النباتي .Origanum sp مثل المردقوش أو العترة Sweet majoram واسمه العلمي Origanum marjorana.

الاستخدامات الطبية للثيمول

هناك العديد من المستحضرات الصيدلانية ذات الاستعمالات الخارجية والداخلية لمركب الثيمول مثل:

● مستحضرات صيدلانية مزيلة للرائحة وفي عمل غسولات للفم ومحاليل غرغرة وفي طب الأسنان.

● يكون الثيمول أقل سمية من الفينول عند تناوله عن طريق الفم ويتفوق عليه في قوة التطهير، ولكنه يهيج الغشاء المخاطي للمعدة وقد يسبب الحكة في الجلد عند ملامسته، وتزيد الدهون والغول من سرعة امتصاصه في الأمعاء وظهور أعراض التسمم به، ويقل معدل نشاط الفينول المضاد للجراثيم عند اتحاده مع البروتين لذا يجب عدم تلوث مستحضراته خلال تخزينها وتخفيفها، ويسبب الثيمول ومركبات الفينول تغيراً في لون بول الإنسان إلى الأخضر ثم يصبح لونه أسود عند تركه فترة من الزمن.

مراجع البحث

1- Colin, I. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. p147.
Artington book, King st. St. James, s. London, England.

2- Reynolds, J.E.F, et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. ps. 971, 1067.
The pharmaceutical press, London, England.

3- Trease, G.E. and Evans. W. C. (1985).
Pharmacognosy. P154, 217, 416, 419. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٤ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص١١١، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٥ - ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، ص٢٢٤، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٦ - ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج٤، ص٣٦٧، دار صادر، بيروت، لبنان.

٧ ـ الذهبي، الحافظ أبو عبد الله محمد بن أحمد.
الطب النبوي. ص١٤٠، دار إحياء العلوم، بيروت، لبنان.

٨ ـ رويحة، د. أمين (١٩٨٣).
التداوي بالأعشاب. ص٢٠٢، دار القلم، بيروت، لبنان.

٩ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص١٦٣، دار الأهالي، دمشق، سورية.

١٠ ـ العودات، د. محمد ود. بركودة، يوسف (١٩٧٩).
نباتات سورية البيئية والغطاء النباتي والأنواع الشائعة. مجلة علوم الحياة، عدد خاص، حزيران، ص٢٣٤.

١١ ـ الفيروزآبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص٥٤٤، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

١٢ ـ قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات. ص٢٧٢، دار النفائس، بيروت، لبنان.

* * *



السماق



توجد النباتات البرية للسماق في المناطق الجبلية، ويزرع أيضاً لاستعمال ثماره في الطعام وأوراقه في الدباغة لارتفاع محتواها من مركب التانين ذا التأثير القابض، وتكون عصارة ثمار السماق ذات طعم حامضي شديد فيه قبض يفضلها أهل سورية، ويستعمله بعضهم في عمل بعض أطباق الطعام، كما يضاف مسحوق ثماره إلى مستحضر الزعتر ذائع الصيت في بلاد الشام لإكسابه مذاقاً حامضياً يرغبه الكثيرون، والنبات له نوعان رئيسان يعرف الأول بسماق الدباغين والثاني بسماق الصباغين لاختلاف استخدام كل منهما، وعرف علماء الإغريق مثل ديسقوريدس وجالينوس هذا النبات وذكروا أوصافه واستخداماته في مؤلفاتهم الشهيرة ثم استعمله العرب الأوائل في علاج بعض أمراضهم لانتشار نمواته في أراضيهم.

أنواعه

السُماقُ sumac هو شجيرة أو شجرة صغيرة تتبع للجنس Rhus sp. وتضم أنواع عديدة مثل:

Rhus coriaria La ويعرف بسماق الدباغين.

Rhus continus L ويسمى سماق الصباغين.

مناطق انتشار زراعته

الموطّن الأصلي للنبات هو منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط وشمال العراق وتنتشر نمواته البرية بشكل واسع في سورية وخاصة في جبالها الساحلية وجبل العرب وهضبة الجولان.

وصفه النباتي

أولاً: سماق الدباغين: قال ديسقوريدس عنه: هو شجرة طولها نحو ذراعين وفيها ورق طويل لونه إلى حمرة الدم وما هو مشرف الأطراف على هيئة المنشار وله ثمر شبيه بالعناقيد كثيف وفي عظم الحبة الخضراء إلى العرض ما هو وفي قشر الحب المنفعة، ويصل ارتفاع النبات نحو ثلاث أمتار وساقه قليلة التفرع وأوراقه مركبة ريشية ومتناوبة في خروجها على فروعه، والوريقات بيضية الشكل ذات حافة مسننة وتتجمع أزهاره الصغيرة الذكرية والأنثوية (نادراً تكون خنثى) على شكل سنبلة كثيفة، والأزهار صغيرة خضراء مبيضة، يزهر النبات خلال شهري مايو (أيار) ويونيه (حزيران)، وثماره صغيرة تغطيها شعيرات كثيفة غددية وفيها بذرة، وتكون الثمار بعد تمام نضجها حامضية المذاق يستعمل منقوعها في الماء في الطبخ.

ثانياً: سماق الصباغين: يصل ارتفاع الشجيرة إلى ثلاثة أمتار ولون ساقها وأغصانها يشوبه الحمرة، وأوراقه بيضية الشكل ولها نصل كبير قد يصل طوله إلى ٥ سم ذات نهاية مستديرة وحافة تامة ومعلاقها طويل ومتناوبة في خروجها من فروعه، وأزهاره لونها أخضر مبيض أو بيضاء، وثماره كرزية مغطاة بشعيرات غدية تصبح سوداء عند تمام نضجها.

الأجزاء المستعملة منه

تستعمل أوراق النبات المحتوية على نسبة مرتفعة من التانين (حمض التانيك Tannic acid)، وهي أحد المصادر الطبيعية الهامة له ويزرع للاستفادة من ثماره وأوراقه.

مكوناته الفعالة

تحتوي أوراق السماق بأنواعه على مركبات التانيدات ١٥ ـ ٤٠٪ وفلافوئيدات كالميرسترين myricuitrine والفوسفور وزيت طيار ومواد عطرية وكاروتين وفيتامين ج، ويمثل التانين الجزء الأكبر من مركبات التانيدات، وقد تحتوي التحضيرات التجارية لحمض التانيك على حمض الجاليك gallic acid وهو ذواب في الماء ولا يستعمل صيدلانياً، والتانين مركب لونه أبيض مصفر أو بني فاتح له طعم قابض ورائحة خاصة ويذوب في الماء والغول.

في الطب القديم

اكتشف الأطباء القدماء احتواء ثمار السماق وأوراقه على مركبات



لها تأثير قابض للأنسجة فاستعملوه في علاج بعض أمراضهم، ومما قاله ديسقوريدس عنه: قوة الورق قابضة يصلح لما يصلح له الأفاقيا وطبيخ الورق يسود الشعر ويعمل منه حقنة لقرحة الأمعاء، وإذا تضمد بالورق مع الخل والعسل أضمر الداحس، ويوافق إذا وقع في الطعام لمن كان به إسهال مزمن وقرحة في الأمعاء ويبرئ من البواسير إذا خلط بفحم البلوط مسحوقاً ووضع على البواسير، وقال الرازي في كتابه «الحاوي»: إن شرب بشراب قابض قطع الإسهال ونزف الدم من الرحم وكثرة البول، كما عرف الأطباء المسلمون الأوائل السماق وأنواعه واستعملوه في علاج بعض أمراضهم، وقال عنه ابن سينا في كتابه «القانون في الطب»: قابض والخل ألطف منه يمنع النزف وطبيخ سماق الدباغين يسود الشعر ويضمد به الضربة فيمنع الورم والحصرة وينفع من الداحس ويمنع تزايد الأورام، يبطل طبيخه الوثي ويمنع قيح الأذن، وهو دباغ للمعدة ومقوٍ لها ويسكن الغثيان الصفراوي، ويحبس الطمث والنزف ويمنع السحج ويفيد لسيلان الرحم ويوافق إذا وقع في الطعام من كان به إسهال مزمن وقرحة الأمعاء، ومما قاله داود الأنطاكي في تذكرته عنه: أجوده الرزين الحديث البالغ الصادق الحمض يقمع الصفراء ويزيل الغثيان وكذا الرطوبات السائلة واللهيب ونفث الدم والنزيف والذرب والإسهال المزمن كيف استعمل، وإن جرش مع الكمون واستعمل بالماء عليه قطع القيء والغثيان وإن نقع في الماء واكتحل به قطع الدمعة والسلاق والجرب والحكة وحبس الجدري عن العين وإن طبخت سائر أجزائه حتى تصير كالعسل كان دواءً مجرباً لتحليل الأورام وردع النملة والقروح

الساعية ونزيف الأرحام وسيلان الأذن وفساد اللثة الشهدية والآثار السود والداحس ضماداً.

كمحلول مطهر للفم والحلق

يستعمل محلول حمض التانيك في الماء خارجياً بتركيز ١٢ ـ ٢٪ كغرغرة داخل تجويف الفم كاللثة والحلق لتخفيف حدة الالتهابات فيهما.

في علاج البواسير

وصف الأطباء المسلمون الأوائل كابن سينا السماق في علاج البواسير، ثم استعمل حمض التانيك المستخرج من أوراق السماق أو من ثمار أشجار العفص بتركيز ٥ ـ ١٠٪ على شكل مرهم لتخفيف احتقان البواسير.

تخفيف شدة الحروق

في الماضي استعمل الناس حمض التانيك على شكل محلول مائي أو مرهم بتركيز ٥ ـ ١٠٪ في تخفيف حدة الالتهابات الناشئة عن الحروق لتأثيره القابض للأنسجة ويسبب تخثر البروتينات فيها، فتتكون في موضع الإصابة طبقة رقيقة واقية ضد التأثيرات الخارجية تشجع الإسراع في شفاء الحروق.

استعمالاته الأخرى

استخدم سابقاً حمض التانيك مع كبريتات الباريوم على شكل حقن في المستقيم بهدف تحسين جودة صور الفحص الإشعاعي ثم توقف عنه

لأن تناول كميات كبيرة من حمض التانيك تؤدي إلى حدوث غثيان وقيء واضطرابات هضمية أخرى وتسمم لخلايا الكبد، كما يمثل هذا المركب حيوياً في الجسم إلى حمض جاليك الذي يسبب تلفاً للكليتين.

مستحضرات صيدلانية للتانين

- يستعمل محلول جليسرين مع حمض التانيك.
- يحضر مخلوط حمض التانيك مع حمض البوريك وحمض السلسليك مثل phytex لاستعماله في علاج الإصابات الفطرية في الجلد والأظافر.
- لا زال التانين يستخدم في العديد من الصناعات كالدباغة وصباغة الخيوط والأنسجة.

مراجع البحث

1- Reynolds, J.E.F, et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p779.
The pharmaceutical press, London, England.

٢ - ابن سينا.
القانون في الطب. الجزء الأول، ص٣٨٧، دار صادر، بيروت، لبنان.

٣ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٢٢٤، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٤ - العودات، د. محمد ود. بركودة، يوسف (١٩٧٩).
نباتات سورية البيئية والغطاء النباتي والأنواع الشائعة. مجلة علوم الحياة، عدد خاص، حزيران، ص٢٥٦.

٥ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص١٤٧، دار الأهالي للطباعة والنشر والتوزيع، دمشق، سورية.

٦ ـ الورع، د. حسان، وكف الغزال، د. رامي، ومشنطط، د. أحمد هيثم (١٩٩٣).
النباتات الطبية والعطرية. ص٢٥١، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية، حلب، سورية.

٧ ـ قبيسي، د. حسان (١٩٩٣).
معجم الأعشاب والنباتات الطبية. ص٣٩١، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

* * *





نبت حولي شاعت زراعته منذ القدم للحصول على بذوره واستخراج الزيت منها بالعصر ويسمى السيرج أو الشيرج، وهو من الزيوت النباتية المفضلة في التغذية، وعرف أطباء الإغريق والرومان مثل ديسقوريديس وجالينوس السمسم وزيته، وذكروا في مؤلفاتهم فوائدهما الغذائية وفي علاج بعض الأمراض، واستعمل قدماء المصريين السيرج، وقال أبو بكر الرازي في أغذيته عن السمسم: إنه أكثر البذور دهناً ولذلك يزنخ سريعاً ويتغير ويشبع أكله سريعاً، وتتنوع استخدامات بذور السمسم وزيته في عمل المخبوزات والفطائر وفي إنتاج الطحينة وصناعة الحلاوة الطحينية والحلويات وفي تزيين بعض أطباق الأغذية والحلويات.

أسماء النبات

يقول لسان العرب: السُمْسِمُ: الجُلجلانُ، قال أبو حنيفة هو بالسَّراة واليمن كثيرٌ، قال: وهو أبيض، الجوهري السُمْسمُ حب الحُل، قال ابن بري: حكى ابن خالويه أنه يقال لبائع السُمسم سَماسٌ، كما قالوا لبائع اللؤلؤ لآآلُ، والسَماسُم جمع سُمسُم وعيدانُه تَراها إذا قُلعت وتركت ليؤخذ حبها دقاقاً سوداً كأنها محترقة، وفي القاموس المحيط السُمسِم بالكسر: حَبُ الحَلِ لزجٌ مفسدٌ للمعدةِ والفمِ، ويصلحه العسلِ، وإذا انهضم، سَمنَ وغَسلُ الشعرِ بماءِ طبيخ ورقهِ يطيله ويصُلحهُ، والبري منه يعرف بجلبهنك فعله قريب من الخزبق، وقد يسقى المفلوجُ من نصف درهم إلى درهم فيبرأ والدرهم خطر والسُمسُم بالإنجليزية sesame وهناك نوعان رئيسان لهذا النبات هما:

النوع الأول: واسمه العلمي: Sesamum indicum L وبذوره لونها أبيض أصفر يستعمل زيته لأغراض طبية وغذائية.

النوع الثاني: واسمه العلمي: S. orientale تكون بذوره لونها أسود ويستعمل الزيت المستخرج منه لأغراض صناعية فقط، وكلاهما من الفصيلة السمسمية (الدالية) Pedaliaceae.

مناطق زراعته

يعتقد أن الموطن الأصلي للنبات هو أفريقيا الاستوائية، وتنتشر زراعته في مناطق كثيرة من العالم كالهند والصين واليابان ونيجيريا وكذلك في دول عربية مثل سورية والسودان ومصر والعراق وغيرها.

وصفه النباتي

وصف داود الأنطاكي في تذكرته نبات السمسم: هو نبت فوق ذراع وقد يتفرع بذره في ظرف كنصف الإصبع مربع إلى عرض ما يتفتح نصفين والبذر في أطرافه على سمت مستقيم ويدرك بتموز ويقلع حطبه كل سنة ويزرع جديداً من بزره وأجوده الحديث البالغ الضارب إلى الصفرة. والنبات له ساق قائمة قد تتفرع مضلعة الزوايا عليها وبر يصل ارتفاعها إلى متر أو أكثر، وأوراقه بسيطة، تكون السفلية منها متقابلة أما العلوية فمتناوبة في ترتيبها على فروعه، وأزهاره بيضاء أو وردية أو بنفسجية اللون تخرج من آباط الأوراق ولها شماريخ قصيرة، وثماره علبية الشكل يتراوح طولها ٣ ـ ٥ سم تتفتح مسكنياً ويوجد داخلها عدد كبير من البذور بيضية الشكل ملساء ولونها أبيض أو أصفر.

الأجزاء المستعملة منه

تستخدم بذور النبات وتسمى السمسم Sesame seed والزيت المستخلص منه.

مكونات البذور

يحتوي السمسم على زيت ثابت ٤٥ ـ ٥٠٪ وبروتين ١٥ ـ ٢٠٪ وهلام نباتي ٤٪ ومركب فينولي يعرف بسيسامول sesamole وفيتامين ي وخالٍ من النشا.

زيت السمسم

زيت السمسم sesame oil أو Gingelly oil أو Teel oil أو زيت السيرج (في بلاد الشام وسواها) أو الشيرج، يحضر بعملية عصر بذور السمسم ويستعمل بدون تكرير أو بعد تكريره، وتستعمل مخلفات هذه العملية كعلف حيواني، ويشابه الزيت في صفاته زيت الزيتون لذا يستعمله البعض عوضاً عنه، لونه أصفر باهت يتصلب على درجة حرارة -٤م إلى كتلة زبدية القوام وله رقم تصبن تماثل زيت الزيتون ورقم يودي أعلى قليلًا منه (١٠٤ - ١٢٠)، ويحتوي الزيت رئيساً على حموض الأوليك oleic acid واللينوليك linoleic acid ونسب صغيرة من البالمتيك والستياريك والأراكيدونيك، وفيه أيضاً مركب لنجناسيسمين lingnasesmin بنسبة ١٪ وسيسامولين sesamolin ، ويمكن الكشف عن وجود السيرج في خليط من الزيوت باختبار وجود المكون الفينولي الذي يعطي لوناً قرمزياً عند خلطه مع الرج بحمض إيدروكلوريك المركز فيه ١٪ سكر فيما يعرف باختبار بادوين Baudouin, s test ، ولا يعطي أحياناً زيت السمسم المكرر نتيجة موجبة له.

في الطب القديم

استعمل القدماء بذور السمسم وزيته في التغذية وعلاج بعض أمراضهم، قال ديسقوريدس عنه: هو رديء للمعدة يبخر الفم إذا أكل وبقيت منه أجزاء بين الأسنان، وإذا تضمد به حلل غلظ الأعصاب، وإذا خلط بدهن الورد سكن وجع الرأس العارض من إسخان الشمس، وشجرة السمسم إذا طبخت بشراب فعلت هذه الأفعال وخاصة في أورام العين. وقال أبو بكر الرازي عنه: يغثي

ويبطئ في الانهضام ويغذي البدن غذاء دسماً دهنياً ويهيج العطش. وقال صاحب القانون - ابن سينا عن بذور السمسم وزيته: ملين معتدل الإسخان وكذلك دهنه وطبخه، وفي دهنه غلظ وقساوة أقل ضرراً نافع للشقاق والخشونة والسوداء ويلين شرباً وطلاءً وخصوصاً المقشر، ويطول الشعر وخصوصاً عصارة شجره وورقه، ويحلل الأورام الحارة. وقال العشاب العربي ابن البيطار عن زيته: نافع للشقاق شرباً وطلاءً وسمن - نافع لضيق النفس والربو. وقال داود الأنطاكي في تذكرته عن السمسم: أجوده الحديث البالغ الضارب إلى الصفرة ومتى جاوز السنتين فسد، ويخصب البدن ويلينه ويفتح السدد ويصلح الصوت ويزيل الخشونة والسوداء والاحتراق ويغذي جيداً ويحلل الأورام.

فوائده الطبية

● يمكن استخدام السيرج بديلًا لزيت الزيتون لتشابه خواصهما في عمل اللصقات plasters وكسواغ للمراهم.

● يفيد استعماله مع غيره من الزيوت النباتية في أطباق الطعام في الوقاية من ارتفاع الكوليسترول في الدم.

● زيت السمسم مثل غيره من الزيوت النباتية له قيمة غذائية لمحتواه من الحموض الدهنية الضرورية لجسم الإنسان وخال من الكوليسترول ويوفر كل جرام منه ٩ سعرات حرارية عند احتراقه في الخلايا.

استخداماته الغذائية

● تتحول بذور السمسم بعد فصل القشور ثم طحنها إلى ما

يعرف بالطحينة التي تستعمل في تحضير بعض أطباق الطعام كالفول المدمس أو يضاف إليها السكر وعرق الحلاوة وتطبخ لعمل الحلاوة الطحينية.

● تضاف بذور السمسم إلى بعض المخبوزات والفطائر وإلى مستحضر السعتر الذي يسميه العامة - الزعتر - الشائع تناوله في بلاد الشام أو في عمل الدقة كما في مصر والمملكة العربية السعودية.

مراجع البحث

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p186.
Butterworths Co. London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1612.
The pharmaceutical press, London. England.

3- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
pharmacognosy P329. Bailliere Tindall, East bourne, England.

4- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P220, 514. Pitman Tindall, East bourne, England.

٥ - ابن البيطار.
الطب العربي (الدرة البهية في منافع الأبدان الإنسانية). ص٢٣٣، دار العلم، بيروت، لبنان.

٦ - ابن سينا.
القانون في الطب. ص٢٣٣، شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، مؤسسة المعارف، بيروت.

٧ - ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج١٢، ص٣٠٥، دار صادر، بيروت، لبنان.

٨ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص**١٨٢**، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٩ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (**١٩٨٧**)،
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص**١٦١**، دار الأهالي، دمشق، سورية.

١٠ ـ الفيروزآبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة **١٩٨٧**، ص**١٤٥١**، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

١١ ـ قدامة، أحمد (**١٩٨٥**).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات. ص**٢٩٥**، دار النفائس، بيروت، لبنان.

* * *

الشبت



نبت حولي عرفه القدماء واستخدموا ثماره وأجزائه الخضراء في طعامهم ودوائهم، وذكر فوائده عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني ديسقوريدس وغيره، واستعمل الفراعنة مغلي ثماره لإدرار البول ووصفوا طبخ ثماره الجافة مع الحساء للمرضعات، ثم استخدمه الأطباء المسلمون في علاج بعض الأمراض، وعرفته إنجلترا خلال عهد الأنجلوساكون، ويزرع الشبت أيضاً كأحد الخضروات الورقية للاستفادة من فروعه الخضرية وما عليها من أوراق ولها مذاق ورائحة عطرية مميزين، كما تستعمل أيضاً ثماره بعد جفافها.

أسماء النبات

يقول لسان العرب: الشبت نبت عند أبي حنيفة الدينوري، وزعم أن الشبت معرف عنه، وجاء في القاموس المحيط: الشَبِتِ بفتح الشين وكسر الباء هو البَقلةُ المعروفةُ قال أبو منصور، وأما البقلةُ التي يقالُ

لها الشبت فهي معربةٌ قال: ورأيتُ الجرانيين يقولون شَبتٌ وأصلها بالفارسية شوذ، وهو أيضاً سذاب البر والرازيانج (في القاموس) والسنوت وهي تطلق أيضاً على الكمون، وتسمى ثماره بالإنجليزية Dill fruits و European dill seed واسمه العلمي: Anethum graveolens L. وهو من الفصيلة الخيمية Umbelliferae.

موطنه ومناطق زراعته

يقول لسان العرب: أن الموطن الأصلي للنبات هو: أوراسيا (وهي اختصار لاسمي القارتين أوروبا وآسيا) اللتان انتشرت فيهما زراعته، وزرع قديماً في اليونان وروما وذاع صيته في فلسطين، وتنتشر زراعته في جنوب أوروبا والمناطق الأخرى المحيطة بحوض البحر الأبيض المتوسط كمصر وسورية وجنوب ما كان يعرف بالاتحاد السوفياتي وإنجلترا وألمانيا ورومانيا بالإضافة إلى مناطق أخرى في العام.

وصفه النباتي

عشب حولي سريع النمو يصل ارتفاعه بين ٣٠ و٥٠ سم أو أكثر له ساق قائمة ورفيعة ومثلمة وأوراقه مقسمة إلى وريقات خيطية رفيعة تكون العلوية منها ذات معلاق يشكل غمداً يحيط بالساق أما السفلية لها معلاق قصير أو معدوم يتصل فيها نصل الورقة مباشرة بالغمد، وأزهاره على شكل نورات مركبة خيمية الشكل لونها أصفر، وثماره بيضية الشكل مضغوطة فيها بذرتان ولونها بني داكن، يزهر النبات في أوائل فصل الصيف وتنضج ثماره في أواخره، وتجمع الثمار في الصباح الباكر وتترك لتجف على شكل طبقة رقيقة في صواني تحت أشعة الشمس.

الأجزاء المستعملة منه

تستخدم الثمار الناضجة للنبات بعد تجفيفها، وكذلك أجزاؤه الخضراء كأحد الخضروات الورقية لرائحته الأروماتية والمذاق الخاص التي يفضلها بعض الناس في أطباق طعامهم.

مكوناته الفعالة

تحتوي ثمار الشبت على زيت طيار بنسبة ٢ ـ ٤٪، فيه مركب كارفون carvone وليمونين limonine ويماثل ما يوجد في ثمار نبات الكراوية، وكذلك فيلاندرين phellandrene وتربينات terpens أخرى وتصل نسبة الزيت العطري في أصناف ثمار النبات الأوروبية بين ٣ ـ ٤٪ منه ٤٣ ـ ٦٣٪ كارفون، ويكون الزيت المستخلص بالتقطير البخاري للثمار لا لون له أو أصفر باهت، ويصبح لونه داكن عند تخزينه، وله رائحة الشبت القوية ويذوب في الغول بنسبة ١:١ وبنسبة ١ جزء من الزيت: ١٠ أجزاء في الغول ٨٠٪، ويحفظ داخل أوعية محكمة القفل مملوءة تماماً بعيداً عن الضوء على درجة حرارة لا تزيد عن ٢٥° م، ويوجد الزيت الطيار في الثمار بنسبة أعلى من الأجزاء الخضرية للنبات، وتحتوي قمم فروعه الخضرية leafy tops على زيت ثابت fixed oil بنسبة ١٥٪ وزيت طيار ٢ ـ ٤٪ فيه مركبات الكارفون والليمونين وتربينات تكسبه نكهة محببة للنفس، فيستعمل في عمل المخللات والشوربات والسلطات.

في الطب القديم

عرف الأطباء القدماء ثمار الشبت وفروعه الخضرية واستعملوهما

في علاج بعض الأمراض، وقال ابن سينا عنه: منضج للأخلاط الباردة، مسكن للأوجاع يفشي الرياح وكذلك دهنه وفيه تليين بالغ ومزاجه قريب من النضج لكنه أسخن، ورطبه أشد انضاجاً، ويابسه أشد تحليلًا، منضج للأورام، ماؤه ينفع من القروح الرهلة، ينفع دهنه من أوجاع الأعصاب وما يشابهها منوم وخصوصاً دهنه وعصارته ينفع من وجع الأذن السوداوي، إدمان أكله يضعف البصر، بذره يدر اللبن، ينفع من فواق الامتلاء الكائن من طفو الطعام، وفي بذره تنقية ينفع من المغص، وإذا سحق وعجن وضمدت به البواسير قلعها وأبرأها ورماده جيد لقروح المعدة، وقال عنه العشاب العربي الشهير ابن البيطار: نبات معروف ومنضج للأخلاط الباردة مسكن للأوجاع ومنوم وينفع من المغص.

قاطع لرياح البطن

اكتشف الأطباء القدماء فائدة تناول ثمار الشبت في قطع رياح البطن carminative وإزالة المغص الناشئ عنها، وقال ابن سينا في هذا الخصوص: مسكن للأوجاع يفشي الرياح وكذلك دهنه، وتأكدت الفائدة العلاجية لزيته العطري لذا يعطى هذا الزيت في صورة ماء الشبت dill water للأطفال الرضع عند شكواهم من المغص المعوي الناشئ عن تجمع الغازات في بطونهم.

فاتح للشهية

عرفت فائدة تناول الأجزاء الخضرية للشبت في سلطة الخضروات أو إضافته كتابل لتطييب رائحة وطعم بعض أطباق الطعام كالشوربات والأسماك والبيض والمخللات والصلصات، ويفيد مضغ

ثمار الشبت في جعل رائحة الفم مستحبة بعد تناول وجبة غذائية فيها بصل أو ثوم أو غيرهما.

مستحضر ثمار الشبت

تستعمل ثمار الشبت في تحضير ما يعرف مركز ماء الشبت وهو يتكون من ٢ مل من زيته في ٦٠ مل من الغول بتركيز ٩٠٪ ثم يكمل الحجم بالماء إلى ١٠٠ مل ثم يرج مع ٥ جم من مسحوق تلك talk معقم ثم يرشح قبل استعماله، ويفيد هذا المستحضر في علاج المغص المعوي في الأطفال الرضع، وتكون الجرعة التي يتحملها جسم الإنسان من مركب +، - كارفون الموجود في الشبت حتى مليجرام واحد لكل كيلوجرام من وزن الجسم كل يوم.

في الطب الشعبي

تنوعت استخدامات ثمار الشبت وأجزائه الخضرية في الطب الشعبي، ويفضل بعض الناس استعمال مغلي ثماره على شكل مشروب كالشاي عن النبات الأخضر لارتفاع محتواها من الزيت العطري في الحالات التالية:

- مسكن للمغص المعدي والمعوي وطرد الغازات من الأمعاء خاصة في الأطفال الرضع.
- مسكن لآلام الدورة الشهرية في المرأة.
- يشجع على إدرار الحليب للمرأة المرضع.
- يستعمل كحقن شرجية في علاج البواسير.
- في غسل العيون المصابة بالرمد.

- مدر للبول ويسهل هضم الطعام.
- ويحضر مشروب شاي الشبت Dill tea بوضع ملعقة صغيرة من ثماره في كأس ثم يضاف إليها الماء الساخن إلى درجة الغليان وتترك حوالي ٥ دقائق قبل تصفيته ثم شربه.

نبات مشابه

الشبت الهندي Indian dill هو صنف للنوع النباتي A.graveolens تستعمل ثماره بديلًا للكراوية، وتكون أضيق ومضغوطة من الجانبين بدرجة أقل من الشبت الأوروبي، ويحتوي زيت هذا النبات على مركب أبيول apiol ونسبة أقل من الكارفون.

مراجع البحث

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p67.
Butterworths Co. London, England.

2- Colin, I. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. P67.
Artington book, King st. St. James, s, London, England.

3- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1062.
The pharmaceutical press, London. England.

4- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
pharmacognosy P427. Bailliere Tindall, East bourne, England.

5- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P.242. Pitman Tindall, East bourne, England.

٦ - ابن البيطار.
الطب العربي (الدرة البهية في منافع الأبدان الإنسانية). ص**٢٠٩**، دار العلم، بيروت، لبنان.

٧ - ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج**٢**، ص**٤٨**، دار صادر، بيروت، لبنان.

٨ - رويحة، د. أمين (**١٩٨٣**).
التداوي بالأعشاب. ص**١٩١**، دار القلم، بيروت، لبنان.

٩ - شمس الدين، أحمد (**١٩٩٠**).
التداوي بالأعشاب والنباتات. ص**٢٠٤**، دار القلم، بيروت، لبنان.

١٠ - العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (**١٩٨٧**).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص**٥٠**، دار الأهالي، دمشق، سورية.

١١ - قدامة، أحمد (**١٩٨٥**).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص**٣٢٢**، دار النفائس، بيروت، لبنان.

* * *

شقائق النعمان



منذ القدم عرف الإنسان شقائق النعمان ووصف الأجزاء الخضرية لها مشاهير الأطباء القدماء مثل ديسقوريدس وجالينوس في مؤلفاتهم وذكروا فوائدها العلاجية وميزوا منها صنفان أحدهما بري والآخر بستاني، وعرفها العرب الأوائل لانتشار نمواتها البرية في أراضيهم، وذكر أطباؤهم استخداماتها الدوائية، وغلب في العربية اسم الشقائق عليها ودليله حديث أبي رافع عن النبي ﷺ قوله: «إن في الجنة شجرة تحمل كسوة أهلها أشد حمرة من الشقائق»، وهذا هو الزهر الأحمر المعروف ويقال له الشقر وأصله من الشقيقة وهي الفرجة بين الرمال، وجاء ذكر الشقائق في الشعر العربي كقول الهذيل: فقلت لها:

ما نعم إلا كروضة دميت الربى   حادت عليها الشقائق

وشبه إبراهيم بن سهل الأشبيلي في توشيحه أزهارها:

وشَادنٌ يَبدو   في صِدغة عقَربِ
رِقةُ زَهرِ الباغِ   في جِسمهِ الغضِ

وقد شبه عقرب الصدغ بزهر الباغ وهو الرؤيس الكحلي الشبيه بالشعر الذي في وسط الشقائق لرقة شعره ورطوبته وسواده ووجه الشبه بينهما تخيلي.

أسماء النبات

يقول لسان العرب: الشقائق: نبت واحدتها شقيقة سميت بذلك لحمرتها على التشبيه بشقيقة البرق، وقيل واحدتها شقيقة وجمعها سواء، وقيل إنما سمي بذلك وأضيف إلى النعمان لأن النعمان بن المنذر نزل على شقائق رمل قد أنبتت الشقر الأحمر فاستحسنها وأمر أن تحمل، فقيل للشقر شقائق النعمان بمنبتها لا أنها اسم للشقر، وقيل: النعمان اسم الدم وشقائقه قطعة فشبهت حمرتها بحمرة الدم وسميت هذه الزهرة شقائق النعمان، وحُكيَ عن الأعشى أنه قال: دخلت على النعمان بن المنذر ذات يوم في مجلسه وبين يديه طبق فيه هذه الشقائق، ولم يكن الأعشى عرفها قبل ـ فسأله عنها فقال النعمان: هي شقائقنا، فسماها الأعشى من ذلك اليوم: شقائق النعمان، وعرفت أيضاً بالخشخاش الأحمر لتشابه أزهاره مع الخشخاش وهو من نفس فصيلتها النباتية، كما سميت زغليل وأنيمون وهو نفس اسم جنسها النباتي Anemone الذي يضم حوالي ١٥٠ نوعاً نباتياً تختلف في شكل العشب ولون أزهاره وغير ذلك، وبالإنجليزية Anemone و Poppy anemone و Crown anemone و Windflower .

واسمها العلمي: .Anemone coronaria L.

ويضم هذا النبات عدة أصناف أهمها:

.Anemone coronaria var. cyanea (Risso)

و .A. coronaria var. coccinia (Jard)

و A. coronaria var. rosea (Henry) وتتبع جميعها الفصيلة الخوذانية Ranunculaceae.

مناطق انتشار نمواتها

تنتشر النباتات البرية للشقائق في السهول والمناطق الجبلية في بلاد الشام، وذكر الدكتور محمد العودات في كتابه «النباتات السامة في سورية» انتشار نموها البري بشكل واسع في سهول حلب وهضبة الجولان ومنطقة الزبداني وجبال اللاذقية وغيرها بسوريا، وكذلك في العراق وشمال أفريقيا وغيرها، وتزرع أحياناً في الحدائق والمتنزهات لجمال أزهارها.

وصفها النباتي

وصفت المؤلفات القديمة بدقة نبات الشقائق، ومما قاله ديسقوريدس عنه: هو صنفان بري وبستاني، ومن البستاني ما زهره أحمر ومنه ما زهره إلى البياض وإلى الفرفرية، وله ورق شبيه بورق الكزبرة إلى أنه أدق تشريفاً وساقه أخضر دقيق وورقه منبسط على الأرض وأغصانه شبيهة بشظايا القصب رقاق على أطرافها الزهر مثل زهر الخشخاش في وسط الزهر رؤوس لونها أسود وكحلي إلى السواد، وأما البري منه فهو أعظم من البستاني وأعرض ورقاً وأصلب ورؤوسه أطول ولون زهره أحمر قانٍ وله أصول دقاق كبيرة، ومنه ما لونه وورقه أسود وأصفر وهو أشد حرافة من غيره. والشقائق عشب صغير الحجم قد يصل ارتفاعه إلى ٣٠ سم له جذمور زاحف يخرج منه في أوائل الربيع عدد من الأوراق لها معلاق طويل، وأوراقه عميقة التفصص ومسننة وفروعه الخضرية رفيعة سهلة الكسر، وأزهاره غالباً لونها أحمر قانٍ ومنها الأبيض والأزرق والبنفسجي، ويتميز النبات بكؤيس تحت الزهرة مكون من ثلاث قنابات تشبه الأوراق، وتويج الزهرة يتكون من بتلات عددها (٥ ـ ١٥)، والأسدية كثيرة العدد

سوداء اللون أو زرقاء داكنة، ويزهر العشب خلال شهري يناير (كانون الثاني) وإبريل (نيسان) وثماره فقيرة وحيدة البذرة، وتختلف الشقائق البرية عن البستانية في لون أزهارها وحجم أوراقها وملمسها.

الأجزاء الطبية منها

يستعمل طبياً تويج أزهار النبات بعد تجفيفها في مكان ظليل وحفظها داخل عبوات محكمة القفل في مكان بارد.

مكوناتها الصيدلانية

يحتوي تويج هذا العشب على قلويدات Alkaloids مثل بنزيل أيزوكيليون benzylisoquilione وبروتوأنيمونين protoanemonin وأبورفين aporphine وباي بنزيل أيزوكيليون bi-benzylisoquilione كما ينتشر وجود هذه المركبات في النباتات الأخرى للفصيلة الخوذانية، يوجد فيه أيضاً مركب سابونين saponins ورئيساً ترايتيربينويد triterpenoids وزيت عطري وغيرهما، وعرفت منذ القدم سمية القلويدات الموجودة في الشقائق التي تسبب تهيجاً وحساسية في الجهاز الهضمي للحيوانات كالأغنام والأبقار إذا أكلتها، وفيها مركبات لها تأثيرات تضاد نمو بعض الجراثيم والفطور وخلاصتها تعيق نموها.

في الطب القديم

شاع في الطب القديم استخدام الشقائق لوحدها أو مع غيرها في علاج بعض الأمراض، وقال ديسقوريدس عن هذا النبات: البستاني والبري منه جميعاً لهما قوة حادة ولذلك إذا دقت أصولها وأخرج

ماؤها واستعط به نقى الرأس، وإذا مضغت قلعت البلغم، وإذا طبخت بطلاء وتضمد به أبرأت أورام العين الحارة، وقد تجلو الآثار التي فيها اندمال القروح وتنقي القروح الوسخة، إذا طبخ الورق مع القضبان بحشيش الشعير وأكل أدر اللبن وإذا احتمل أدر الطمث وإذا تضمد به قلع الجرب المتقرح، وقال جالينوس عنها: جميع الشقائق قوتها حارة جاذبة غاسلة فتاحة ولذلك صارت إذا مضغت اجتذبت البلغم، وعصارتها تنقي الدماغ من المنخرين وهي تلطف وتجلو الآثار الحادثة في العين عن قرحة، والشقائق تقلع وتستأصل العلة التي يتقشر معها الجلد، وعرف الأطباء المسلمون الأوائل الشقائق واستعملوها في علاج العديد من أمراضهم، وقال صاحب القانون ـ ابن سينا عن هذا النبات: جلاء، محلل، جاذب منضج، يسود الشعر عند خلطه بقشور الجوز، وإذا استعمل ورقه وقضبانه كما هو أو مطبوخاً يحسن الشعر وينقي القروح الوسخة وفي علاج الدمامل والبثور والجرب المتقرح، وعصارته سعوط لتنقية الرأس والدماغ، وأصله يمضغ لجذب الرطوبات من الرأس ويقلع القوباء، وعصارته مع العسل نافعة لظلمة البصر وبياضها وآثار قروحها، وبالطلاء يخمد الأورام الصلبة، وإن طبخ ورقه بقضبانه مع حشيش الصعتر وأكل أدر اللبن والطمث، كما ذكر أبو قاسم الغساني في كتابه «حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار» كلاماً مشابهاً لما سبق.

مهدئة للسعال

يلجأ بعض الناس كما في بلاد الشام إلى تخفيف حدة السعال بشرب مغلي أزهار الشقائق في الماء أو تناول شرابها المحتوي على السكر، وتعزى هذه الفائدة إلى محتواها من القلويدات ذات التأثير المهدئ للأعصاب.

في الطب الشعبي

تعددت استخدامات الشقائق في الطب الشعبي لوحدها أو مع غيرها من الأعشاب مثل:

● يستعمل مسحوق أزهار النبات موضعياً لإدرار الطمث في المرأة نتيجة ما تسببه من تهيج موضعي في الجهاز التناسلي، وله مخاطر صحية خاصةً في المرأة الحامل لأنه يسبب إجهاضها.

● يوضع مسحوق الأزهار على الجروح والقروح والدمامل للمساعدة في سرعة شفائها.

● تدهن المناطق المصابة بالبهاق بمستخلص النبات للاعتقاد بفائدته في تخفيف حدته.

● يفيد شرب مغلي أزهار الشقائق في تشجيع إدرار اللبن من ثديي المرأة المرضع.

مراجع البحث

1- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985). Pharmacognosy. P180. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٢ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٨٥، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٣ - ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، ص٢٨١، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٤ - ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج١٠، ص١٨١، دار صادر، بيروت، لبنان.

٥ - شمس الدين، أحمد (١٩٩٠)،.
التداوي بالأعشاب والنباتات. ص٢١٣، دار القلم، بيروت، لبنان.

٦ - العودات، د. محمد (١٩٨٢).
النباتات السامة في سورية. مجلة علوم الحياة، عدد خاص، كانون الثاني، ص٢١.

٧ - العودات، د. محمد ود. بركودة، يوسف (١٩٧٩).
نباتات سورية البيئية والغطاء النباتي والأنواع الشائعة. مجلة علوم الحياة، عدد خاص، حزيران، ص٢٤٣.

٨ - الغساني، أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم.
حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار. ص٣١٨ و٣٣٤، دار الغرب الإسلامي، بيروت، لبنان.

٩ - المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٣٤٧، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *

الشمار



عشب معمر لكنه يُزرع حولياً، وعرف في المؤلفات الطبية القديمة بالرازيانج، وكلمة شمر من اللغة الهيروغليفية، وعرفه قدماء اليونانيين والمصريين والهنود واستخدموه في الطب، وزرعه الرومان وأكلوا عروقه وأوراقه ذات الرائحة العطرية، ويعتقد أن موطنه الأصلي هو شواطئ البحر الأبيض المتوسط ثم انتقلت زراعته إلى المناطق الأخرى في العام، ويزرع الشمار لاستخدام ثماره الناضجة بعد جفافها رئيساً كأحد التوابل في أطباق الطعام لرائحته ومذاقه المرغوبين.

أسماء النبات وأصنافه

تعددت أسماء الشَمَارُ فهو الشَّمرُ في مصر وسورية، والشَمرةُ في لهجة أهل حلب وسواهم، والرازيانج في المخطوطات النباتية القديمة، ويقول المعجم الوسيط الشَّمارُ: بقَلةٌ من الفصيلة الخيمية ومنه نوع حلو يزرع ويؤكل ورقه نيئاً ونوع آخر سكري يؤكل مطبوخاً، الشَمرُ:

الشَمارُ في القاموس المحيط، وتذكرة داود الأنطاكي الشمر: الرازيانج، وهو بالإنجليزية fennel و fennel fruit واسمه العلمي: Foeniculum capillaceum Gilbert أو F. vulgare وهو من الفصيلة الخيمية Umbelliferae، والنبات له عدة أصناف مزروعة مثل:

Foeniculum capillaceum var. vulgare في روسيا ورومانيا وتكون ثماره مفضلة في بريطانيا وألمانيا.

ويزرع الصنف Foeniculum capillaceum var. dulce في جنوب أوروبا وخاصة فرنسا، وتكون ثماره مفضلة في هذه المناطق من العالم.

هناك العديد من الأصناف التجارية لثمار الشمار هي:

١ ـ صنف ساكسون saxon وفيه زيت طيار بنسبة ٤,٧٪ يحتوي على ٢٢٪ مركب فينكون fenchone.

٢ ـ الصنف الروسي و Galician والروماني: ويشابه كل منها الآخر وطول الثمرة ٤ ـ ٦ ملم وعرضها ١ ـ ٢ ملم، ونسبة الزيت العطري فيه ٤ ـ ٥٪ وفيه ١٨٪ مركب فينكون ومذاقه كافوري.

٣ ـ الصنف الفرنسي والروماني: طول ثمرته ٧ ـ ٨ ملم وعرضها ٢ ـ ٣ ملم وغالباً قنطرية الشكل arched ولونه أخضر مصفر باهت وله مذاق الأنيسون الحلو وفيه ٢,١٪ زيت طيار خالٍ من الفينكون.

٤ ـ الصنف الهندي: طول ثماره ٧,٦ ملم ولونها قشي بني وله مذاق الأنيسون الحلو وفيه ٠,٧٢٪ زيت عطري يحتوي على ٦,٧٪ من مركب الفينكون.

٥ ـ الصنف الياباني: ثمرته طولها ٣ ـ ٤ ملم وعرضها ٢ ـ ٣ ملم ولونها بني مخضر باهت، ولها مذاق كافوري وحلو كثيراً وفيها زيت طيار بنسبة ٢٧٪ يحتوي على ٢,١٠٪ من الفينكون.

٦ ـ الصنف الفرنسي: ثمرته طولها ٤ ـ ٥ ملم وعرضها ٢ ملم وهي قشرية scurfy في التجعدات furrows وتكون حوافها أقل ظهوراً ولونها أدكن من النوع الحلو لهذا النبات.

مناطق زراعته

تنتشر زراعة الشمار في منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط مثل سورية وفرنسا ورومانيا والهند واليابان والصين ونادراً تشاهد نباتاته البرية.

وصفه النباتي

ساق النبات قائمة متفرعة يصل ارتفاعها ٨٠ ـ ١٢٠ سم وأوراقه مقسمة إلى قطع خيطية صغيرة، وأزهاره على شكل نورة خيمية الشكل صفراء اللون وثماره منشقة إلى ثمرتين يصل طولها ٧ ملم وقطرها ٤ ملم ولونها أخضر بني أو رمادي، ويزهر العشب في الصيف وتنضج ثماره في شهر سبتمبر (أيلول).

الأجزاء المستخدمة منه

تستعمل ثمار النبات الناضجة بعد جفافها.

مكوناته الفعالة

تحتوي ثمار الشمار الجافة على ١ ـ ٤٪ زيت طيار، والمكون الرئيس فيه أنيسول anethol وفينكون fenchone وأفضل أصنافه هي

الساكسون والروسي وGalician وفيها ٤ ـ ٥٪ زيت عطري، كما يوجد في ثماره حوالي ٢٠٪ بروتين، و١٢ ـ ١٨٪ زيت ثابت و٣ ـ ٥٪ سكريات ومركب فينكون ـ هو سائل عديم اللون لا رائحة له ومذاقه كافوري حاد وربما يشترك في الخواص الطبية لهذا الزيتَ ـ لهذا فارتفاع نسبته في الثمار تجعلها أفضل طبياً، وتستعمل ثمار الشمار بعد استخلاص الزيت منها كعلف للمواشي.

في الطب القديم

تنوعت استعمالات ثمار الشمار ـ الرازيانج ـ في الطب القديم لوحدها أو مع غيرها، ومما قاله ديسقوريدس عن ثماره: تزيد إفراز اللبن وتدر البول لذلك توافق وجع الكلى والمثانة، وقد يسقى طبيخها بالشراب لنهش الهوام وطبيخها يدر الطمث ويسكن الغثيان والتهاب المعدة، ومما قاله جالينوس عن ثماره: يولد اللبن ويدر البول ويحدر الطمث، وبذور النوع البري منه أقوى من البستاني، ومما ذكره داود الأنطاكي في تذكرته عنه: ينفع من الخفقان والغشي بلسان الثور (وهو نبات)، مجرب، ومن السعال والربو وعسر النفس، يحلل الرياح الغليظة والقولنج ووجع الجنب والخاصرة ويعقل ويدر البول والحيض وينقي الرحم والمثانة من الأخلاط اللزجة بلطف والسموم ويحد البصر، وجاء في كتاب «القانون» لابن سينا عن الشمار: يفتح السدد ويحد البصر وينقي النفساء وإذا أكل أصله مع بذره عقل، ينفع من الحميات المزمنة والتهاب المعدة.

قاطع لرياح البطن

يفيد تناول ثمار الشمار أو منقوعها في الماء الساخن في طرد

الغازات المتجمعة في الأمعاء carminative وزوال حالة المغص التي تسببها، ويعزى ذلك إلى محتواها من الزيت العطري وخاصة مركب فينكون، وعموماً تمتاز الزيوت العطرية المستخلصة من أفراد كثيرة في الفصيلة الخيمية بهذه الخاصية العلاجية، وينصح بإعطاء الأطفال الرضع المستخلص المائي لثمار الشمار عند شكواهم من النفخة والمغص في أمعائهم.

مادة مكسبة للنكهة

يستعمل الشمار في بعض الصناعات الغذائية لإكسابها طعمه ونكهته المميزين، وتضاف ثماره الجافة إلى بعض أطباق الطعام والمخبوزات كتابل، ويزيد الشهية للطعام ويحسن مذاق المشروبات الدوائية المضاف إليها.

مراجع البحث

1- Colin, I. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. p72.
Arlington book, King st, St. James,s, London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1063.
The pharmaceutical press, London. England.

3- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy P419, 431. Bailliere Tindall, East bourne, England.

4- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P239. Pitman Tindall, East bourne, England.

٥ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٤٢٨. دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٦ ـ ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦) ص٢٩٧، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٧ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص١٨٨، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٨ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٩٦، دار الأهالي، دمشق، سورية.

٩ ـ قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص٣٣٤، دار النفائس، بيروت، لبنان.

١٠ ـ مجمع اللغة العربية.
المعجم الوسيط. ج١، ص٤٩٥، دار إحياء التراث الإسلامي، بيروت، لبنان.

* * *



العصفر

العصفر هو التويجات الزهرية المفصولة من نبات القرطم الذي يزرع أساساً كأحد المحاصيل الزيتية لاستخراج الزيت من بذوره ويستخدم هذا الزيت في التغذية، ويباع العصفر كبديل تجاري للزعفران لأن له زهر شبيه به، وله قدرة على إكساب الأغذية لوناً أصفر مشابه له وهو أرخص ثمناً، وعرف القدماء نبات القرطم واستعملوا بذوره وأزهاره في طعامهم ودوائهم.

أسماء النبات

في لسان العرب القُرطُمُ: حَبُ العُصفرِ، وفي التهذيب ثَمرُ العُصفرُ، والقُرطمُ شجرٌ يشبهُ الراء، ويكون بجبلي جهينة الأشعر والأجرد وتكون عنه الصربةُ، وكل ما في القرطم عن الهجري، وقَرطَم الشَيء: قَطَعَهُ، ابن السكيت: القُرطماني الغنيُ الحسنُ الوَجهِ من الرجالِ، والعصفر هو زهر نبت القرطم، وقال داود الأنطاكي بأنه البهرمان والزرد وهما من اللغة الفارسية وبالإنجليزية safflower واسمه العلمي: Carthamus tinctorious L. وهو من الفصيلة المركبة Compositae.

مناطق زراعته

الموطن الأصلي لنبات القرطم هو الهند ثم انتشرت زراعته كأحد المحاصيل الزيتية في مناطق كثيرة من العالم منها العديد من الدول الأوروبية وبعض الدول العربية كسورية ومصر.

وصفه النباتي

قال ديسقوريدس في وصفه القرطم: نبات له ورق طوال مشرف خشن مشوك وله ساق طولها نحو ذراعين بلا شوكة عليها رؤوس في مقدار حب الزيتون الكبار، وله زهر شبيه بالزعفران ونوار أبيض وأحمر مستطيل، والقرطم عشب حولي يصل ارتفاعه إلى نصف متر، وأوراق شوكية وأزهاره على شكل نورات مركبة صفراء اللون أو حمراء.

الأجزاء المستعملة منه

تستعمل تويجات أزهار القرطم ومياسمه بعد تجفيفها بعناية وتسمى بالعصفر، ويستخلص من بذور هذا النبات زيت يستعمل في الطبخ.

مكوناته الفعالة

تحتوي تويجات أزهار نبات القرطم على زيت وأصباغ تعرف بكارثامين carthamin إحداها حمراء والأخرى صفراء، ويوجد في بذوره زيت ثابت فيه نحو ٧٥٪ منه حمض لينوليك linoleic acid بالإضافة إلى حموض دهنية مشبعة عديدة، وله خواص مشابهة لزيت

بذور الكتان للتزنخ عند تعرضه فترة طويلة للهواء لذا يعبأ داخل عبوات محكمة القفل بعيداً عن الضوء.

في الطب القديم

عرف القدماء القرطم واستعملوا أزهاره وبذوره كل لوحده أو مع غيرهما في العلاج، قال ديسقوريدس عن القرطم: يستعمل زهره في الطعام وقد يدق بذره ويخرج ماؤه ويخلط بالشراب الذي يقال له أدرومالي أو بزرق بعض الطيور فيسهل البطن، وهو رديء للمعدة وقد يعمل منه وهو مقشر مخلوط بلوز ونطرون وأنيسون وعسل مطبوخ ملين للبطن...، وقال جالينوس عنه: الذي نستعمله من هذا النبات إنما هو بزره فقط ليسهل به البطن، ويقول القاموس المحيط: حب العصفر، جيد للقولنج، سهل للبلغم اللزج، وصب مائه حاراً على اللبن الحليب يجمده، وغسل الرأس والبدن به ثلاثاً يدفع القمل والخشونة، ويحسن الوجه، ولُبهُ باهي والاحتقان به نافع للبلغم، وقال العشاب العربي ابن البيطار عنه: يستعمل زهره في الطعام وهو منق للكلف والبهق، وقال داود الأنطاكي في تذكرته عن العصفر: يجلو سائر الآثار كالبهق والكلف والحكة والقوباء خصوصاً بالخل ويحلل المرة ويذيب كل جامد من الدم مطلقاً ويقوي الكبد ويطيب الرائحة والأطعمة ويسرع باستوائها ويضر الطحال ويصلحه العسل وشربته مثقال.

استخداماته

١ - يستعمل العصفر كمادة ملونة في بعض أطباق الطعام كالشوربات والأرز وبعض الصناعات الغذائية عوضاً عن الزعفران الأغلى ثمناً وفي استخلاص أصباغ منه.

٢ ـ يكون الزيت المستخرج من بذور القرطم ذا فعالية واستعمالات مشابهة لزيت فول الصويا.

٣ ـ ويستعمل صيدلانياً مستحلب دهني بنسبة ٥٪ من زيت القرطم و٥٪ من زيت فول الصويا أو مخلوط منهما بنسبة ١٠٪ في التغذية الوريدية للمرضى.

مراجع البحث

1- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1273.
The pharmaceutical press, London. England.

2- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P164. Pitman Tindall, East bourne, England.

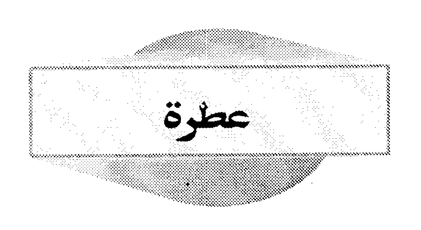
٣ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٢٥٩. دار الكتب العلمية ـ بيروت ـ لبنان.

٤ ـ ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج١٣، ص٤٧٦، دار صادر، بيروت، لبنان.

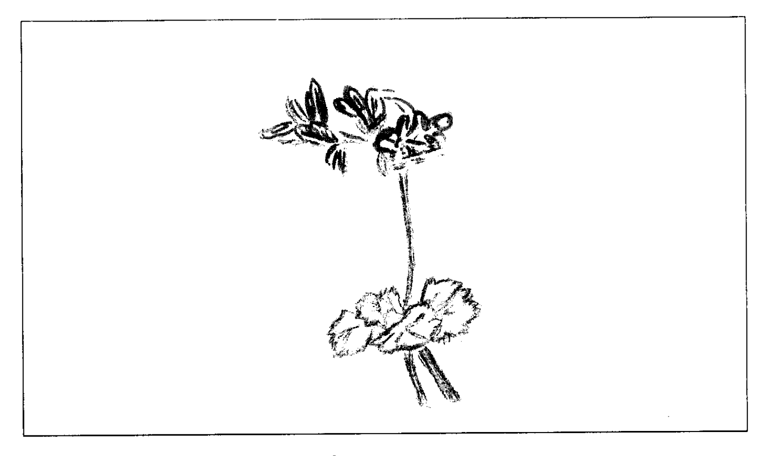
٥ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٢٧١، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٦ ـ الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص١٤٨٢، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

٧ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٣٠٨، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.



عطرة



نبت عطري تنتشر زراعته في الأصص بالمنازل وفي الحدائق كأحد نباتات الزينة، ويستعمل بعض الناس أوراقه في تحسين رائحة بعض أطباق طعامهم مثل الأرز بالحليب، ويستخلص من أوراقه وأزهاره زيت عطري يشابه في رائحته زيت الورد.

أسماء النبات

العطرة والعطر والعطر العربي وعطرية (في حلب بسورية)، وبالإنجليزية Geranium و Rose geranium واسمها العلمي: Pelorgonium odorastissimum ويضم الجنس Pelorgonium أيضاً أنواع

نباتية كثيرة أهمها نبات العتر البلدي Pelorgonium graveolens الذي تنتشر زراعته في مصر، ويستخلص من أوراقه وأزهاره زيت يشابه في صفاته وخواصه زيت العطرة، وكلاهما من الفصيلة العطرية Geraniaceae.

مناطق زراعتها

موطن النبات هو منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط بما فيها جنوب أوروبا وشمال أفريقيا، ويزرع في معظم الدول العربية كأحد نباتات الزينة وبشكل واسع داخل أصص في المنازل.

وصفها النباتي

يصل ارتفاع النبات أحياناً إلى مترين، وتكون الأجزاء السفلية لفروعه الخضرية خشبية كثيرة التفرع، ويوجد على فروعه عقد منتفخة، وأوراقه راحية الشكل مفصصة وخشنة الملمس لها رائحة عطرية مميزة مغطاة بشعيرات غددية دقيقة ومتبادلة في موضعها على فروعه، وأزهاره صغيرة الحجم لونها وردي في صورة نورات، ويزهر في فصل الصيف، ويتكاثر بواسطة العقل الخضرية.

الأجزاء المستعملة منها

تستخدم أوراق النبات وفروعه الخضرية الغضة المحتوية على شعيرات غددية تفرز زيت عطري، وتجمع لاستخلاص الزيت العطري منها بواسطة التقطير البخاري.

مكوناتها الفعالة

تحتوي أوراق هذا النبات على زيت عطري بنسبة ٠,٢٥ ـ ٠,٥٪ وفي ساقه ٠,٠١٪ وتانين وراتنج، ويعطي الهكتار منه نحو ٧٠ كجم من زيت العطرة Geranium oil ويحتوي على مركبات الجيرانول Geranoil وسيترونيلول Citronellol واللينالول Linalol والمينثول Menthol .

استخداماتها

● يستخلص من أوراق العطرة زيت عطري يستخدم في بعض الصناعات الغذائية كمادة مكسبة للنكهة وفي صناعة العطور وبعض مستحضرات التجميل والصابون.

● يضيف بعض الناس كأهل مدينة حلب وسواها أوراقها إلى بعض أطباق الطعام لإكسابها رائحتها ونكهتها المميزين كالأرز بالحليب.

مراجع البحث

١ ـ الحسيني، محمد، والمهدي، تهاني (١٩٩٠).
النباتات الطبية زراعتها ومكوناتها واستخداماتها العلاجية. ص١٢٣، مكتبة ابن سينا للنشر والتوزيع، القاهرة، ج.م.ع.

٢ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٢٩١، دار الأهالي، دمشق، سورية.

٣ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٢٨٢، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

٤ ـ الورع، د. حسان، وكف الغزال، د. رامي، ومشنطط، د. أحمد هيثم (١٩٩٣).
النباتات الطبية والعطرية. ص٢٣٤، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية، حلب، سورية.

* * *



الفانيليا



اكتشف الإسبانيون أثناء استعمارهم للمكسيك النباتات البرية للفانيليا التي استعملها السكان الأصليون الأزتك Aztecs كمادة منكهة للشيكولاته ثم حملوها إلى أوروبا حوالي عام ١٥١٠ ميلادية، ثم انتشرت زراعة هذا النبات في مناطق أخرى من العالم، وشاع استعمالها كمادة مكسبة للنكهة والرائحة لبعض الأغذية والفطائر والمخبوزات والمثلوجات اللبنية كالآيس كريم وغيره.

أسماء النبات

الفَانِيْليا وهي اسمٌ معربٌ، وبالإنجليزية Vanilla و Vanilla beans و Vanilla pods ويتبع النبات الجنس .Vanilla sp ولها نحو ٩٠ نوعاً أهمها:

الأول: Vanilla planifolia Andrews ، ويعرف بفانيليا المكسيك ومدغشقر وبوربون Bourbon .

الثاني: فانيليا تاهيتي Tahiti vanilla واسمها العلمي: V. tahitensis .

وتتبع هذه الأنواع الفصيلة السحلبية Orchidaceae.

مناطق زراعتها

الموطن الأصلي للنموات البرية لهذا النبات هو غابات الساحل الشرقي للمكسيك ثم أدخلت زراعتها إلى الكثير من الجزر البحرية مثل جزر سيشل وماوراتس Mauritus وتاهيتي وجاوه ومدغشقر وري يونيو Reunion وهي مناطق إنتاجها الحالي في العالم.

الأجزاء المستعملة منها

تستخدم ثمار الفانيليا تامة النمو غير الناضجة وتجرى لها تسوية curing لإحداث التغيرات الأنزيمية المرغوبة فيها لتكوين الفانيليا المكون الرئيس فيها المسؤول عن نكهتها ورائحتها المميزين.

زراعة النبات وجمع ثماره

نبات متسلق ويتكاثر خضرياً بغرس قطعة من أحد فروعه في التربة ثم توضع أعمدة ارتفاعها نحو ١,٥ متر لمساعدة النبات على التسلق بينها وبينها مسافات تصل حوالي مترين، وتتلقح أزهار هذا النبات في المكسيك بواسطة حشرات معينة، وفي المناطق الأخرى من العالم تلقح أزهار النباتات بالأيدي وتعطي النباتات كامل محصولها بعد أن يصل عمرها أربعة سنوات أو أكثر، ويكتمل نمو ثمارها في يوليو (تموز) وأغسطس (آب) وتجمع عندما يصبح لونها بني مصفر ثم

يجرى لها عملية تخمر فتصبح بعده سوداء اللون ومغطاة ببلورات دقيقة جداً ثم تدرج الثمار حسب حجمها ويربط كل ٢٥ ـ ٥٠ منها في حزم، ثم تعبأ داخل علب من الصفيح قبل حفظها في صندوق خشبي لتصديرها.

وصف ثمارها

تكون الثمار على شكل علب رفيعة يتراوح طولها ١٥ ـ ٢٥ سم ونصف قطرها ٨ ـ ١٠ ملم، ومسطحة وإسطوانية، وتوجد على الثمرة تجعيدة على امتداد طولها وتغطي سطحها بلورات دقيقة من الفانيلين، وعلبة الثمرة آحادية المسكن وفيها بذور سوداء صغيرة داخلها سائل بلسمي له رائحة وعبير له شذى ومذاق أروماتي.

مكوناتها الفعالة

تحتوي ثمار الفانيليا على جليكوسيدات الفانيليا glycosides of vanilla بنسبة حوالي ٢٪، يحضر منها الفانيلين vanillin وهو المركب الأساسي فيها ومركبات أروماتية أخرى بواسطة التغيرات الأنزيمية أثناء عملية تسوية الثمار، وتحتوي الثمار الخضراء قبل نضجها على ثلاث جليكوسيدات هي جلوكوفاينلك glucovanillic وجلوكوفانيلين glucovanillin والثالث مستحلب إستري له رائحة حلوة قوية، ويتولد عن عملية التحلل المائي لحمض جلوكوفانيك سكر جلوكوز وغول فانيلك vanillic alcohol يتأكسد إلى فانيلين vanallin وهو المكون الرئيس للفانيليا، وتكون الفانيليا النقية على شكل بلورات لا لون لها وذات رائحة أروماتية خاصة، كما توجد بكميات صغيرة في بلسم بيرو وبلسم تولو Tolu balsam وبنزوين Benzion وأدوية أخرى، وتحضر

حالياً كميات كبيرة منها من مركب إيجينول eugenol المكون الرئيس في زيت القرنفل، وأيضاً من مخلفات صناعة الورق من لب الأخشاب المعروفة بـ wast sulphite liquor، والفانيلين مركب بلوري على شكل إبر أو مسحوق أبيض أو أبيض مصفر له رائحة ومذاق الفانيليا، ويحضر من الفانيليا أو صناعياً ويخزن داخل عبوات محكمة القفل بعيداً عن الضوء وتستخدم الفانيليا أيضاً كمادة منكهة للأغذية، وفي صناعة العطور والحد الأعلى المسموح تناوله منها يومياً ١٠ ملجم/ كجم من وزن الجسم.

استخداماتها

تستعمل الفانيليا ذات المصدر الطبيعي أو الصناعي في الأحوال التالية:

- كمادة مكسبة للنكهة لرائحتها المستحبة المميزة في صناعات غذائية متنوعة مثل الكيك والبسكويت.
- في صناعة العطور.
- في تحضير صبغة الفانيليا Vanilla tincture مضافاً إليها السكر بنسبة ٢٠٪ (وزن/ حجم).

مراجع البحث

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p210.
Butterworths Co. London, England.

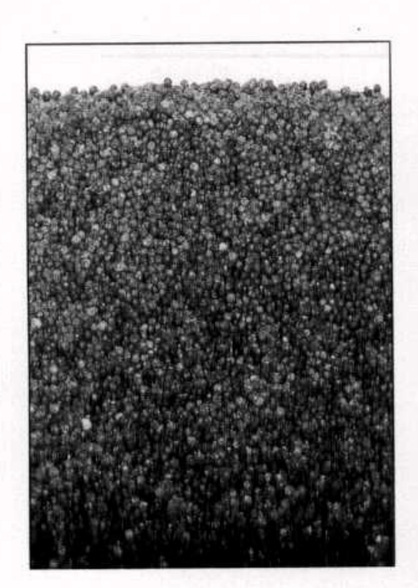
2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1128.
The pharmaceutical press, London. England.

3- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P238. Baillierre Tindall, East bourne, England.

4- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P431. Pitman Tindall, East bourne, England.

* * *

الفلفل الأسود



منذ زمن بعيد عُرف الفلفل، وذكره العلماء القدماء مثل ثيوفرستس Theophratus الإغريقي في مؤلفاتهم، وعرفه العرب الأوائل كأحد التوابل التي أضافوها إلى بعض أطباق طعامهم، ويقول لسان العرب: الفلفل بالضم: معروف لا ينبت بأرض العرب وقد كثر مجيئه في كلامهم، وأصل الكلمة فارسية، وشراب مفلفل أي يلذع كالفلفل، وخمر مفلفل ألقي فيه الفلفل فهو يحذي اللسان، واحدته فلفلة، وقد فلفل الطعام والشراب، قال امرؤ القيس في معلقته:

كأن مكاكي الجواء غدية   صبحن سلافاً من رحيق مفلفل

واستورده الإنجليز حوالي عام مائة قبل الميلاد، وكان من أهم التوابل المستعملة في أوروبا خلال القرون الوسطى، وأدى ارتفاع ثمنه مثل بقية التوابل إلى تشجيع البرتغاليين على إيجاد طريق بحري إلى الهند، ولعب التنافس في تجارة التوابل دوراً كبيراً في التوسع الاستعماري الأوروبي في طريق تجارة التوابل من الشرق الأقصى إلى

أوروبا، وفي الماضي استعمل هذا النبات في علاج مرض تناسلي يسمى السيلان gonorrhoea والتهاب القصبات الهوائية المزمن، وينتشر استخدامه في الطبخ ويضاف إلى بعض أطباق الطعام لإكسابها مذاقه ونكهته المميزين.

أسماء النبات وأنواعه

الفلفل (في سورية ولبنان وسواهما)، والفلفل الأسود (في مصر والمملكة العربية السعودية وغيرهما)، وبالإنجليزية Black pepper، وله أنواع كثيرة تتبع الفصيلة الفلفلية Piperaceae منها:

أولاً: الفلفل الأسود Black pepper واسمه العلمي Piper nigrum L.: وتكون ثماره كروية تقريباً ونصف قطرها ٣,٥ ـ ٦ ملم وسطحها بني داكن أو أسود رمادي شبكي، ويوجد في قمة الثمرة بقايا المياسم اللاطئة وخدش قاعدي يدل على منطقة اتصاله بالمحور، وهذا النوع له مذاق حار ورائحة أروماتية وهو أكثرها استهلاكاً في العالم ويحضر منه أيضاً الفلفل الأبيض.

ثانياً: الفلفل الأبيض White pepper: تجمع ثماره بعد تمام نضجها ثم تخزن عدة أيام أو تنقع في الماء لفصل الجزء الخارجي pericarp منها بواسطة الفرك أو الحك ثم تغسل ثم تجفف على النار ويكون سطحها أملس ولونها أبيض، وتقل درجة حرافة هذا النوع عن الفلفل الأسود ويستهلكه بكثرة سكان منطقة الشرق الأقصى.

ثالثاً: الفلفل الطويل: long pepper: وفيه تجمع ثمار النوعين النباتيين:

P. retrofractum (P. officinarum) و P.longum قبل تمام نضجهما ثم تجفف، وهي ذات طول يصل ٤ سم ونصف قطرها ٦ ملم وتشابه

الثمرة منها في تركيبها الفلفل الأسود، ويزرع في أندونيسيا والهند والفلبين.

رابعاً: حب العروس أو الكبابة Cubbs or tailes pepper: وتجمع فيه ثمار النوع النباتي P.cubeba عندما تكون خضراء اللون ثم تجفف بأشعة الشمس، ويزرع بجزيرتي برونيو وسومطرة في أندونيسيا، واستعمل هذا النوع في أوروبا في أوائل القرن الحادي عشر الميلادي وثماره على شكل عناقيد يكون عددها أكبر من الأنواع الأخرى للفلفل، وهي كروية الشكل يتراوح قطرها بين ٣ ـ ٦ ملم مغطاة بجزء خارجي شبكي لونه بني رمادي، وتحتوي الثمار على زيت طيار بنسبة ١٠ ـ ١٨٪ فيه تربينات terpenes و sesquiterpenes ومركب بلوري لا رائحة له يسمى كيوببين cubebin وآخر غير متبلور هو حمض كيوببك cubebic acid بنسبة ١٪ وراتنج بنسبة ٣٪.

النوع الخامس: فلفل أشانتي Ashanti pepper وهو ثمار النوع النباتي P. guineense .

مناطق زراعته

تنتشر زراعة الفلفل في المناطق الحارة والاستوائية من العالم مثل ماليزيا وجنوب الهند وأندونيسيا وجزيرة سرواك والبرازيل وغرب الإنديز في جنوب أمريكا، ويزرع في بعض الدول العربية.

وصفه النباتي

جاء وصف نبات الفلفل في لسان العرب: قال أبو حنيفة الدينوري: أخبرني من رأى شجرته، فقال: شجرة مثل شجر الرمان سواء وبين الورقتين منه شمراخان منظومان، والشمراخ في طول

الأصبع وهو أخضر، فيجتنى ثم ينشر في الظل فيسود وينكمش وله شوك كشوك الرمان وإذا كان رطباً رُبِبَ بالماء والملح حتى يدرك ثم يؤكل كما تؤكل البقول المربة على الموائد فيكون هاضوماً، وهو نبات معمر دائم الخضرة، متسلق تستند سوقه في نموها على أعمدة أو سواها، وجذوره عريضة ممتدة في التربة، وأوراقه بسيطة قلبية الشكل، وأزهاره على شكل نورات عنقودية مكونة من ٢٠ ـ ٣٠ زهرة لاطئة، تتحول إلى ثمار لبية خضراء اللون وحيدة البذور، وتجمع عندما يصبح لونها أحمر، ثم تجفف إما في الهواء الطلق أو بالحرارة الصناعية، وتكون ثمار النبات المجففة بالنار أعلى سعراً، ويباع الفلفل على شكل خليط من أصنافه المختلفة.

الأجزاء المستعملة منه

تستخدم لتحضير الفلفل الأسود ثمار النبات قبل نضجها وبعد جفافها، ويباع كما هو أو على شكل مسحوق.

مكوناته الفعالة

تحتوي ثمار الفلفل الأسود الجافة على زيت طيار بنسبة ١ ـ ٢,٥٪ وقلويدات بلورية مثل ببيرين piperine وبيبرتين piperettin وراتنج، والزيت العطري هو المسؤول عن طعمه ورائحته المميزين ويتركب رئيساً من تربينات terpenes (dipentene و phellandrene و - & and B-binene و sesquiterpens) بينما تعزى حرافة مذاقه إلى محتواه من البيبرتين والراتنج، وفصل العالم أويرستد Oersted عام ١٨١٩م مركب البيبرتين الموجود أيضاً في الفلفل الطويل long pepper بنسبة ١ ـ ٢٪ والفلفل المعروف بفلفل أشانتي Ashanti pepper.

في الطب القديم

عَرف الأطباء القدماء الفلفل الأسود واستعملوه في علاج بعض الأمراض، وقال عنه داود الأنطاكي في كتابه «تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب»: الفلفل شجر كالرمان موطنه الهند وهو أبيض أو أسود، وهو حار يابس يجلو الصوت ويقطع البلغم ويحلل السعال والربو وضيق التنفس والرياح الغليظة والمغص سعوطاً خصوصاً بالنطرون.

استخداماته

● يفيد إضافة الفلفل الأسود كغيره من التوابل إلى أطباق الطعام في إثارة الشهية لها لأنه ينشط إفراز العصارة المعدية، لكن استعمال كميات كبيرة منه في أطباق الطعام تؤذي المرضى الذين يعانون من التهابات أو قروح في المعدة.

● له فعالية ضد رياح البطن Carminative لاحتوائه على زيت عطري له هذه الخاصية.

مراجع البحث

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p596.
Butterworths Co. London, England.

٢ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب. الجزء الأول، ص٢٨٦، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٣ ـ قبيسي، د. حسان (١٩٩٣).
معجم الأعشاب والنباتات الطبية، . ص٤٠٢، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٤ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٥٨، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *



الفلفل الحار*

يعتقد أن الموطن الأصلي لنبات الفلفل الحار هو أمريكا، فقد ذكر الطبيب كانس Chance الذي صاحَبَ كريستوفر كولمبس في رحلته الثانية إلى منطقة غرب جبال الإنديز في أمريكا الجنوبية، ثم دخلت زراعته في الهند ربما بواسطة البرتغاليين، وعرف جيداً فلفل جيني Ginnie pepper في إنجلترا وزرعه فيها جيرارد في منتصف القرن الخامس عشر (١٥١٧م) وتوسعت زراعة أنواعه وأصنافها في مناطق كثيرة في العالم لاستعماله كتابل لبعض أطباق الطعام وفي بعض الأغراض العلاجية، ويتناول بعض الناس القليل من ثمار الفلفل الحار الطازجة أو يضيفون مسحوقه إلى طعامهم لتحسين شهيتهم وتقبلهم له.

(*) نشر هذا البحث بالمجلة العربية ـ العدد ٢٤٣ ـ آب/ أيلول. ص ١٢٠.

فِلفُل حَارٌ، فُلفَلٌ حَرِيفٌ، فُلفلٌ شَطةٌ (في مصر والمملكة العربية السعودية) وفليفَلةٌ حَمراءٌ حَارةٌ (في سوريا ولبنان) وبالإنجليزية chillies, Red peppers و Cayenne pepper و Capsicum، وهـو اسـم الجنس النباتي للفلفل الحار، وله أنواع عديدة منها:

١ ـ فلفل شيلي الحار Red chillies powder: واسمه العلمي Caspsicum annuum var minimum ويعرف أيضاً بالفلفل الأحمر ويضاف إلى بعض أطباق الطعام، وتكون ثماره لبية تشبه القرون لونها قرمزي أو حمراء أو أحمر برتقالي، وهو شديد الحرافة في مذاقه وداخل ثماره بذور كثيرة.

٢ ـ فلفل حار ياباني Japanese chillies: يعتقد اشتقاق هذا النبات من النوع النباتي Capsicum frutescens: وطول ثماره ٣ ـ ٤ سم ومذاقه ذو حرافة (حار) أقل من الفلفل الحار الأفريقي، ويباع المستحضر التجاري لثماره على شكل مسحوق قد يكون خليطاً من أصناف الفلفل الحار.

٣ ـ فلفل بابريكا Paprika أو الفلفل الهنغاري Hungarian capsicums وهو محضر من ثمار النوع النباتي Capsicum annuum var longum وله أصناف عديدة تختلف في شدة حرافتها ولها مذاق يقل حرافة عن فلفل شيلي ويستعمل على شكل مسحوق جاف.

٤ ـ فلفل شطة ناتال Natal capsicums (أفريقي): تكون ثماره أكبر حجماً من صنف بومباي، وطول ثمرته نحو ٨ سم ولونها أحمر لامع ولها مذاق أقل حرافة من فلفل شيلي.

وتتبع جميع الأنواع النباتية للفلفل الحار وما تحتها من أصناف الفصيلة الباذنجانية Solanaceae.

مناطق زراعته

موطن النبات هو البرازيل وجزر الهند الغربية والشرقية ويزرع في الكثير من دول العالم كالمكسيك والهند وجنوب أفريقيا وأقطار عربية مثل الأردن ومصر وليبيا وتونس والسودان والمملكة العربية السعودية.

وصفه النباتي

نبات حولي تكون أوراقه بسيطة بيضية الشكل ذات لون أخضر داكن وأزهاره بيضاء اللون أو صفراء وثماره حمراء أو برتقالية أو قرمزية عند تمام نضجها وهي على شكل قرون يوجد داخلها بذور كثيرة العدد مذاقها حار جداً.

الأجزاء المستعملة منه

تستخدم ثمار النبات الطازجة بما فيها بذوره أو على شكل مسحوق جاف له مذاق حريف ورائحة نفاذة.

مكوناته الفعالة

تمكن العلماء من فصل مركب بلوري له مذاق حريف جداً يسمى كابسكين capsaicin وهو ذو طبيعة فينولية ويحتوي أيضاً على ٦ ـ ٧ ثنائي هيدروكابسكين 6-7 dihydrocapsaicin ويختلف نسبة مركب كابسكين في ثمار النبات حسب أصنافه والظروف البيئية السائدة في منطقة زراعته وعمر الثمار وحسب أجزاء الثمرة الواحدة منه، كما تحتوي الثمار على فيتامين ج بنسبة ٠,١ ـ ٠,٥٪ وثيامين (فيتامين ب١)

وكاروتينويد أحمر مثل كابسانزين capsanthin وكابسوربين capsorubin وزيت ثابت بنسبة ٤ ـ ١٦٪ ويكون النوع بابريكا أو الفلفل الهنغاري ذو محتوى مرتفع من فيتامين ج، وتعرف العلماء على مكونات المادة الحريفة في الفلفل فوجد أنها عبارة عن كابسكين بنسبة ٦٩٪ وثنائي هيدروكابسكين dihydrocapsaicin ونور ثنائي هيدروكابسكين nordihydrocapsaicin ، وهومو homocapsaicin .

في علاج آلام المفاصل

يمكن استعمال الفلفل الحار على شكل مرهم أو سواه في علاج آلام المفاصل وآلام أسفل الظهر lumbago والروماتزم نتيجة احتوائه على المركب أوليورزين oleoresin الذي يسبب تهيجاً شديداً للجلد وتخديراً موضعياً في مكان دهنه، وأشار الدكتور مارتن لوتز Martin lotz من كلية الطب بجامعة كاليفورنيا في سان دايجو San Digo بالولايات المتحدة إلى فائدة استعمال مرهم موضعي يحتوي على ٠٠٧٥٪ من الفلفل الحار في تخفيف آلام التهاب المفاصل الرثياني Rheumatoid arthritis وإمكانية استعماله كمرهم موضعي لتسكين الألم ومضاد للالتهابات الموضعية local anti-inflammatory ، وله تأثيرات جانبية بسيطة، وفي دراسة فائدته في علاج التهاب المفاصل الرثياني وضع الباحثون مرهم الفلفل الحار على مفاصل ثمانية مرضى أربعة مرات كل يوم لفترة ٤ أسابيع ثم توقفوا بعد ذلك عن استعماله أسبوعين آخرين وشعر جميع المرضى بعد استعماله آلاماً أقل في مفاصلهم، كما نقص تركيز المادة بـ substance p التي تنبه إنتاج هرمون بروستاجلاندين ي ٢ (PGE 2) الذي يسبب الالتهاب في سائل أغشية المفاصل في أكثر من ٣٠٪ من المرضى الذين استعملوا هذا المرهم، ثم لاحظ الباحثون بعد التوقف عن استخدام مرهم الفلفل الحار

انخفاضاً في مستوى هرمون البروستاجلاندين في دم المرضى الذين استعملوه، ويباع مستحضر صيدلاني للفلفل الحار يسمى زوستركز Zostrix.

مسكن الآلام

يفيد استعمال الفلفل الحار موضعياً بتركيز ٠,٠٧٥٪ منه على شكل مرهم في تخفيف الآلام العصبية عند استعمال القطع التعويضية في الجسم prostherpetic neurologic وفي تخفيف تناذر الألم بعد استئصال الثدي postmastectomy pain syndrome لأنه يسبب تخدير في مكان وضعه.

يضاد رياح البطن

الفلفل الحار له خواص قاطعة لرياح البطن carminative يتناوله البعض في صورته الطازجة أو على شكل مسحوق لتخفيف حدة الشكوى من تجمع الغازات في الأمعاء، كما يفيد في علاج حالة سوء الهضم المسترخي atonic dyspepsia.

في علاج الاعتلال العصبي لمرضى السكر

يعاني بعض مرضى السكر من حدوث اعتلال عصبي diabetic neuropathy في الأطراف وخاصة السفليين على شكل تنميل وحرقان وآلام فيها تؤثر على حركتهم ونومهم ونشاطهم اليومي، ويحدث نتيجة قصور في الدورة الدموية فيها، ودرس فريق طبي فائدة استعمال الفلفل الحار على شكل مرهم موضعي بتركيز ٠٠٠٧٥٪ منه لمجموعة من

مرضى السكر (١٣٩ رجلًا و١٣٨ امرأة تراوحت أعمارهم بين ٢٢ سنة و ٩٢ سنة) من النوعين المعتمد منهم في علاجه على الأنسولين أو الذين يستعملون الحبوب الخافضة لسكر الدم في تخفيف الآلام الناشئة عن الاعتلال العصبي في أقدامهم التي تؤرق نومهم وحركتهم ونشاطهم اليومي، فقد تحمله ١٩ مريضاً منهم واستعملوه فترة أسبوعين أو أكثر فحدث تحسن ملحوظ في حركتهم ونومهم وعملهم واشتركوا في أنشطة ترفيهية، أما باقي المرضى فقد انسحبوا من الدارسة قبل انتهائها. وتعزى فائدة مرهم الفلفل الحار في تخفيف حدة هذه الحالة المرضية لأنه يسبب تهيجاً في الجلد واحمراراً في موضع استعماله ومن ثم تنشيط الدورة الدموية فيه.

مسبب للسرطان

تنتج المكسيك سنوياً ٦٥٠ طن من الفلفل الحار chilli peppers ويأكل سكانها معظمه، وأعلن فريق طبي فيها حديثاً أن ما يصل ثلاث أرباع ضحايا سرطان المعدة في مدينة المكسيك اعتادوا تناول الفلفل الحار في طعامهم، واختير في هذه الدراسة ٢٢٠ مريضاً و٧٢٥ شخصاً سليماً للمقارنة، فلاحظ الباحثون أن الأشخاص الذين اعتادوا إضافة الفلفل الحار إلى أطباق طعامهم تعرضوا أكثر من الآخرين للإصابة بسرطان المعدة وارتبط ارتفاع معدل إصابتهم بهذا المرض بزيادة كمية ما استهلكوه منه حتى وصلت إلى ١٧ مرة عنه في الآخرين الذين لم يستعملونه، ولقد عزل أولئك العلماء في هذا البحث تأثير العوامل الأخرى المهيئة لحدوث هذا المرض كالتدخين وشرب المسكرات ويعزى هذا التأثير الضار إلى تهيجها الأنسجة في المعدة، وأظهرت دراسة علمية سابقة على فئران التجارب العلاقة بين إضافة الفلفل الحار إلى طعامها وإصابتها بقرحة الإثنى عشر.



استعمالاته الغذائية

● يستخدم مسحوق ثمار الفلفل الحار مع الخل وغيره في عمل مستحضرات غذائية تضاف إلى بعض أطباق الطعام فتكسبها مذاقها الحريف الذي يرغبه البعض فتثير شهيتهم لها.

● يضاف إلى سمك السردين أثناء حفظه داخل العلب لإكسابه مذاقاً حريفاً يرغبه البعض.

● يستعمل فلفل بابريكا أو فلفل شيلي متوسط الحرافة في حشو الزيتون المخلل والجبن وغيرهما.

مراجع البحث

1- Anon. (1992).
Capsaicin Study Group. Topical capsaicin eases painful diabetic neuropathy. Diabetic care, 15:159, 159- 65. c.f. (Modern Medicine, 9:no. 12, 105, 1992).

2- Anon. (1993).
Analgesic may also serve as local anti- inflammatory.
Modern Medicine (Middle East), vol. 10, june, p.1.

3- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p154.
Butterworths Co. London, England.

4- Colin, J. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. p. 39. Arlington book,. King. St. James, s, London, England.

5- Lpez- carrillo, L. et al (1994).
Chilli pepper consumption and gastric cancer in Mexican case control study.
Amer. J. Epidemol. 139:263- 71.

6- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1061.
The pharmaceutical press, London. England.

7- Trease, G. E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. p374. Bailliere Tindall, East bourne,. England.

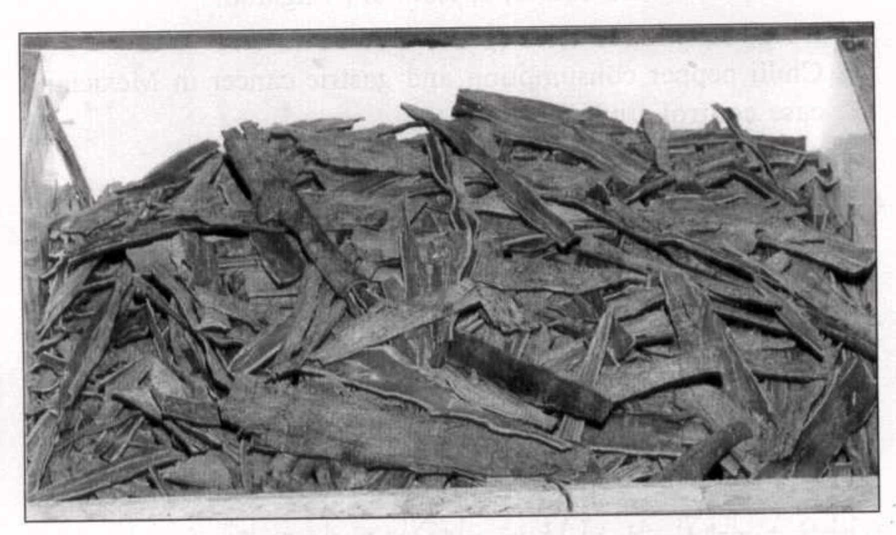
٨ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٢١٤، دار الأهالي، دمشق، سورية.

٩ ـ قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص٤٩٤، دار النفائس، بيروت، لبنان.

١٠ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٢٦، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *

القرفة



عرف القدماء القرفة واستعملوها لرائحتها ونكهتها المحببين لنفس الإنسان في تحضير بعض أنواع الحلويات والفطائر والمشروبات وغيرها وأحياناً في الطب، وذكرتها الكتابات الإغريقية واللاتينية، وقال العالم هانبوري Hanbury أن القدماء عرفوا ما يسمى القرفة الصينية وهي أحد الأنواع التجارية الأخشن ملمساً والأقل أرومة منها، ويعتقد أن هذا النوع جلب من الصين لأن سكانها عرفوا الكاسيا قبل نحو ٢٧٠٠ من ميلاد المسيح، وحملها التجار العرب الأوائل مع التوابل الأخرى في رحلات عودتهم إلى بلادهم من الشرق، وذكرت المراجع العربية القديمة نوعان رئيسان للقرفة، عرف الأول بالدارصيني والثاني قرفة

القرنفل، والعرب تقول: أحمر كالقرف أو أحمر قرف: شديد الحمرة وإليها ينسب اللون القرفي - البني المحمر - المميز للحاء الجاف المفصول من فروع أشجارها، ولم تذكر المراجع أن جزيرة سريلانكا كانت قبل القرن الثالث عشر الميلادي مصدراً للقرفة، التي استعمرها البرتغاليون في عام ١٥٣٦م ثم احتلها الهولنديون عام ١٦٥٦م ثم شركة الهند الشرقية الإنجليزية في عام ١٧٩٦م واحتكر الهولنديون تجارة القرفة بشكل مماثل لجوز الطيب ثم ألغته شركة الهند الشرقية الإنجليزية عام ١٨٣٣م وبدأ الهولنديون عام ١٧٧٠م زراعة أشجار القرفة في سريلانكا فازدهرت فيها إلى وقتنا الحاضر.

أنواعها

يقول لسان العرب: القِرَفُ: لِحاءُ الشَجرِ واحدتُه قِرفةٌ وجمع القِرف: قُروفٌ، والقُرافةٌ: كالقرفِ، والقِرفُ: القِشرُ، والقرفةُ: القِشرةُ، والقَرفةِ: الطائفة من القِرفِ، وكل قشر قرف بالكسر ومنه قِرفُ الرُمانةِ وقرِفُ الخبزِ الذي يقشرُ ويبقى في التنورِ، وقرف كل شجرةٍ: قشرها والقرفة: دواء معروف، ابن سيدة القرف: قشر شجرة طيبة الريح يوضع في الطعام والدواء غلبت هذه الصفة عليها غلبة الأسماء لشرفها، وقرف الشجرة يقرفها قرفاً: نحت قرفها، وكذلك قرف القرحة فتقرفت: أي قشرها وذلك إذا يبست، قال عنترة بن شداد:

عِلالتنا في كلِ يَومِ كَريهةٌ بأسيافنا، والقِرحُ لم يَتقرفِ

أي لم يعله ذلك، وأنشد الجوهري عجز هذا البيت، ويقال للجرح إذا تقَشر قد تَقَرفَ، والجرحُ لم يتقَرفُ، والقِرافَ: جمع قَرفٍ بفتح القاف وهو وعاء من جلد يدُبغ بالقرفَةِ وهي قشورِ الرمان.

وفي القاموس المحيط القرفة: ضرب من الدارصيني لأن منه الدارصيني على الحقيقة ويعرف بدارصيني الصين وجسمه أشحم وأسخن وأكثر تخلخلًا ومنه المعروف بالقرفة على الحقيقة أحمر أملس مائل إلى الحلو ظاهره خشن برائحة عطره وطعم حاد حريف ومنه المعروف بقرفة القرنفل وهي رقيقة صلبة إلى السواد بلا تخلخل أصلًا ورائحتها كالقرنفل، والكل مسخن ملطف مدر مجفف، وقال الملك المظفر يوسف بن عمر الغساني التركماني في كتابه «المعتمد في الأدوية المفردة» عن قرفة القرنفل: هي قرفة الطيب وهي قشور شجرة القرفة قريب من القرنفل وهي قشور غلاظ في لون القرفة ولها طعم القرنفل من غير حلاوة والدارصيني وإن كان أحلى من القرنفل وهي حارة يابسة في الثانية ومعتدلة في الحر والبرد)، ويقول علماء تصنيف النبات أن القرفة تتبع الجنس Cinnamomum ولها أنواع كثيرة تنتشر نباتاتها في مناطق زراعتها وأشهرها تجارياً القرفة السيلاني والقرفة الصيني، ويكون النوع السيلاني عالي الجودة وأكثر انتشاراً في الأسواق واسمه العلمي Cinnamomum zeylanicum blume أو C. verum . ويضم تحت نوعين هما:

الأول: C.zeylanicum var subcordate .

الثاني: C.zeylanicum var vulgare ness .

وهناك صنف آخر عالي الجودة من القرفة مصدره جزر سيشل Seychells، وتتبع جميع أنواع نبات القرفة وأصنافها الفصيلة الغارية Lauraceae .

نباتات مشابهة

هناك عدة أنواع أخرى من الجنس النباتي Cinnamomum sp. لها صفات مشابهة للقرفة السيلاني وتستعمل بديلًا عنها أهمها:

الأول: القرفة الصينية Chinese cinnamon أو Cassia lignea: واسمها العلمي Cinnamomum burmanni وهي مشتقة من النوع C.cassia وتنتشر أشجار القرفة الصينية في جنوب شرق الصين (كوانجسي Kwangsi وكانتون) وتصدر عن طريق كانتون وهونج كونج إلى العالم.

الثاني: قرفة سايجون Saigon cinnamon: نسبة إلى مدينة هوشي منه (سايجون سابقاً) في فيتنام واسمها العلمي C. loureirii وتنمو أشجارها بشكل واسع في جبال مقاطعة أنام، وتصدر كميات كبيرة من لحائها من مدينة هوشي منه في فيتنام إلى الولايات المتحدة، ويرتبط هذا النوع من القرفة إلى حد كبير بالنوع الموجود في الصين واليابان وله رائحة أقل جودة ومذاق أحلى من القرفة السيلاني.

الثالث: قرفة جاوه Java cinnamon وهي لحاء فروع أشجار النوع C. bourmanii ويحتوي الزيت المستخلص من قلف فروعها على سيناميك الدهيد cinnamic aldehyde بنسبة ٧٥٪.

الرابع: لحاء أوليفر أو ساسافراس الأسود Oliver bark أو Black sassafras يجمع هذا النوع من القرفة من أشجار النوع النباتي:

C.oliveri وموطنه الأصلي كوين لاند Queen land ويستعمل كبديل للقرفة وتتراوح نسبة الزيت الطيار فيه ١ - ٢,٤٪.

مناطق زراعتها

الموطن الأصلي للأشجار البرية للقرفة هو جزيرة سريلانكا وينتشر زراعة أشجارها في جنوب الهند وجزر المارتنيك وجزر سيشل وسريلانكا وجاميكا والبرازيل وغيانا الفرنسية وجزر غرب الإنديز في أمريكا الجنوبية.

وصفها النباتي

تكون أشجار وشجيرات القرفة دائمة الخضرة وأوراقها متقابلة في ترتيبها على الفروع العلوية ومتبادلة على الفروع السفلية وأزهارها بيضاء اللون وتتشابه أنواع أشجار القرفة في مظهرها العام، لكنها تختلف لحد ما في حجمها وشكل أوراقها ويبلغ ارتفاع شجرة النوع السيلاني منها ١٠ ـ ١٢ متر، وتكون أوراقها بيضية الشكل تتميز بوجود خمس عصيبات غليظة فيها، أما النوع الصيني منها فتكون أشجاره متوسطة الطول وأوراقه قلبية الشكل يوجد فيها ثلاث عصيبات فقط، وتحتوي أوراق شجرة القرفة والقلف المفصول من فروعها الخضرية على زيت عطري، وتتكاثر بالبذور والفسائل والتدريك ويفصل عادة اللحاء من الفروع الخضرية الصغيرة بعد أن يصل عمر النبات أربع سنوات.

الأجزاء المستخدمة من النبات

يستعمل لحاء الفروع الخضرية الصغيرة المفصول من أشجار القرفة بعد جفافه أو جعله على شكل مسحوق وتباع القرفة السيلانية على شكل قضبان بطول ٣٠ ـ ١٠٠ سم لونها بني محمر قليلًا وداخلها داكن اللون ورائحتها عطرية، ويكون سطح القرفة الصينية ذو لون بني مصفر عليه بقع، أما الداخلي فلونه بني محمر ومذاقه عطري حار.

زراعتها وجمع محصولها

تحتاج زراعة أشجار القرفة إلى تربة خصبة خفيفة القوام وسقوط أمطار بمعدل ٣٠ ـ ٢٠٠ سم وطقس متوسط حرارته ٨٠ ف° وتزرع

البذور الطازجة في مشاتل ثم تنقل الشتلات إلى الأرض المستديمة لزراعتها على مسافات تتراوح بين ٢ و ٣ متر، وبعد أن يصل عمرها عامين أو ثلاث أعوام يترك في جذع كل نبات منها ٥ أو ٦ فروع صغيرة لتنمو بشكل مستقيم بواسطة التقليم، وتقطع الفروع الصغيرة الفتية young shoots مرتين أو ثلاث مرات كل سنة خلال الفترة بين شهري إبريل (نيسان) وديسمبر (كانون الأول) وهي تعقب سقوط أمطار غزيرة على تلك المناطق، وتقطع الفروع بواسطة سكين خاص، ويمكن جمع حوالي ٢٠ كجم من اللحاء الجاف للقرفة من كل إيكر (حوالي ٤٠٠٠م[٢]) في أول محصول للأشجار بعد مرور حوالي ٤ سنوات من زراعته، ويزداد معدل إنتاج الشجرة مع تقدم عمرها، ويمكن جمع ٧٠ ـ ٨٠ كجم من اللحاء الجاف لكل إيكر في السنة العاشرة من عمرها، ويجفف المحصول في مكان ظليل ٢٤ ساعة ثم يوضع في قوالب معرضة للهواء المفتوح، ثم يجعل على شكل بالات وزن كل منها حوالي ٤٥ كجم، وهناك عدة درجات تجارية للقرفة وتختلف بعض الشيء طريقة تحضير القرفة السيلاني عن النوع الصيني.

مكوناتها الفعالة

يحتوي لحاء شجرة القرفة بعد جفافه على زيت عطري بنسبة لا تقل عن ١,٢٪ ولونه أصفر يدكن عند تعرضه للهواء ومركب فلوباتنين phlobatanin وهلام نباتي وأوكسالات كالسيوم وتانين ونشا وعناصر معدنية ويحتوي الزيت على حوالي ٦٠ ـ ٧٥٪ (وزن/وزن) من ألدهيد قرفي cinnamic aldehyde وفينولات رئيساً أوجينول euginol وإيدرو كربونات (بنين وفيلاندرين phellandrene وكاريوفيلين caryophyllene) ومقادير صغيرة من الكيتونات وغولات وإسترات، واكتشف فريق من العلماء احتواء زيت لحاء القرفة على نسب مرتفعة من مركب سيناميل

أسيتات cinnamyl acetate ويغش هذا الزيت بآخر مستخرج من أوراق شجرة القرفة.

زيت أوراق القرفة ولحاء جذورها

تحتوي أيضاً أوراق شجرة القرفة ولحاء جذورها على زيت طيار ويوجد في الزيت المستخلص من أوراقها مركب إيوجينول euginol بنسبة ٧٠ ـ ٩٥٪، أما زيت لحاء الجذور فيحتوي على نسبة مرتفعة من مركب الكافور وتربينات آحادية ومقادير ضئيلة من فينايل بروبان phenyl propanes وكلا النوعان من الزيت تكون جودتهما أقل من الزيت المستخرج من مخلفات لحاء فروع شجرة القرفة.

في الطب القديم

قال عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني الشهير ديسقوريدس: الدارصيني أصناف كثيرة ولها أسماء عند أهل الأماكن التي تكون فيها، وقوة كل منها مسخنة مدرة للبول ملينة منضجة وتدر الطمث وتسقط الجنين إذا شربت وتجلو ظلمة البصر وتقلع البثور اللينة والكلف إذا لطخت به وتنفع من السعال المزمن والنزلات والجنب ووجع الكلى وعسر البول وقد تقع أخلاط الطيب الشريفة، وقال جالينوس عنها: هذا الدواء غاية في اللطافة ولكنه ليس بحار غاية الحرارة بل هو من الحرارة في أول الثالثة وليس في الأدوية المسخنة شيء آخر يجفف مثل تجفيفه بسبب لطافة جوهره، أما قرفة الدارصيني فكأنه دارصيني ضعيف وبعض الناس يسميه دارصيني دون، وقال أبو بكر الرازي في كتابه «منافع الأغذية ودفع مضارها»: الدارصيني يسخن ويلطف الأغذية الغليظة ويعدها للهضم وينفع لكثرة أوجاع المعدة الباردة لذلك يجب أن يكثر

منه في طعام من به ربو وأخلاط غليظة في صدره، وقال ابن سينا: في طبعه القبض اليسير وله خاصية في التفريح يعنيها عطريته ويقاربان حدته وحرارته ويصيرانه في المنفعة والترياقية ويصلح كل عفونة وكل قوة فاسدة وكل صديد من الأخلاط الفاسدة، وقال أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم الغساني في كتابه «حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار» عنها: تطيب النكهة والأطعمة وتشهي الطعام وتحلل البلغم تحليلًا ضعيفاً، ومن خواصها أنها إذا شرب منها وزن درهمين بماء بارد على الريق نفع من نزف الدم المنبعث من البواسير في المقعدة.

فوائدها الطبية

- تستخدم القرفة وزيتها في تحضير بعض العقاقير.
- لها تأثير قابض خفيف للأنسجة لمحتواها من مركب التانين.
- لها تأثيرات قاطعة لرياح البطن carminative لمحتواها من الزيت العطري.
- لها فعالية شديدة في إبادة الجراثيم germicide لذا تستعملها بعض شركات صناعة معاجين الأسنان في منتجاتها.
- زيت القرفة له تأثيرات قابضة لعضلة الرحم ويزيد الحركة الدودية الطبيعية للأمعاء فيشجع على التخلص من الفضلات المتجمعة فيها عبر المستقيم.

مراجع البحث

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p50.
Butterworths Co. London, England.

2- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P.446, 733. Bailliere Tindall, East bourne , England.

3- Wallis,. T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. p78. Pitman Tindall, East bourne, England.

٤ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الأول، ص٣٥٩، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٥ - الغساني، أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم.
حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار. ص٢٥٠، دار الغرب الإسلامي، بيروت، لبنان.

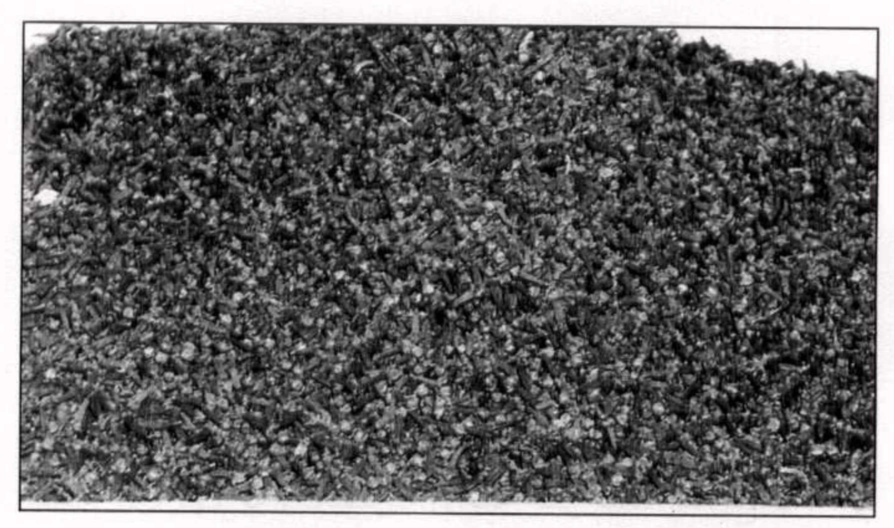
٦ - الغساني التركماني، الملك المظفر يوسف بن عمر بن علي بن رسول.
المعتمد في الأدوية المفردة. ص٣٨٦، دار القلم، بيروت، لبنان.

٧ - الفيروزآبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص١٠٩٠، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

٨ - الورع، د. حسان، وكف الغزال، د. رامي، ومشنطط، د. أحمد هيثم (١٩٩٣).
النباتات الطبية والعطرية. ص١٨٢، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية، حلب، سورية.

* * *

القرنفل



شجيرة القرنفل صغيرة الحجم دائمة الخضرة جميلة المنظر تخرج منها مجموعة كبيرة من الأزهار قرمزية اللون وبراعمها الزهرية لونها أخضر أو أخضر محمر يتحول إلى البني الداكن بعد جفافها، ويصف القاموس المحيط القرنفل بأنه: ثمرة شجيرة بسفالة الهند وأفضل الأفاوية الحارة وأذكاها ومنه زهر، ويسمى الذكر ومنه ثمر ويسمى الأنثى وزهره أذكى، وكلاهما لطيف، ويقول لسان العرب: القرنفل والقرنفول: شجر هندي ليس من نبات أرض العرب، وذكره امرؤ القيس في شعره فقال: نسيم الصبا جاءت بَرياً القَرنَفُل، ومن العرب من يقول: قَرَنفُول، ابن بري: القرنفل هذا الطيب الرائحة، وقد كثر في كلامهم وأشعارهم قال:

وأبـأبـي ثـغَـركُ ذاك الـمَـعـسـولْ   كـأن فـي أنـيـابـهِ الـقَـرَنـفُـول

وقيل: إنما أتبع الفاء للضرورة، وأنشد الأزهري في القَرَنفُول أيضاً:

خَـوذٌ أَنـاةٌ كـالـمُـهـاة عُـطْـبـول   كـأنَّ فـي أَنـيـابـهـا الـقَـرَنـفُـول

وطيبٌ مقرفل: فيه قرنفل، وحكى أبو حنيفة: مُقرنف، التهذيب في الرباعي القَرْنفل: حمل شَجرةٍ هندية ويقال: طَعامٌ مقُرفَلٌ ومُقَرَنَفٌ: مُطيبٌ به.

وشاع استعمال البراعم الزهرية لهذا النبات كتابل للأغذية وفي علاج بعض العلل الصحية في جسم الإنسان.

تاريخه

استعمل الصينيون القرنفل قبل عام **٢٥٠** من ميلاد السيد المسيح، وعرفه الأوربيون في القرن الرابع الميلادي، واكتشفت جزر القرنفل عام **١٥٠٤** ميلادية واحتلها البرتغاليون ثم الهولنديون الذين لم تنجح تجارتهم به وانحصرت زراعته حتى ذلك التاريخ فقط في مولوكاس Moluccas قرب ماليزيا ثم أدخل الفرنسيون زراعة أشجار القرنفل إلى جزر موريشيوس وجزر ري يونيون Reunioin عام **١٧٧٠** ميلادية خلال فترة استعمارهما ثم زرعت في منطقتي كاينين Cayenne بأمريكا الوسطى وجزيرة زنجبار وهي حالياً جزء من جمهورية تنزانيا وكذلك جزيرة بيمبا Pemba ومناطق أخرى في العالم.

أنواعه

يعرف القرنفل بالإنجليزية بـ cloves و caryoph و caryophyllum واسـمـه الـعـلـمـي: Eugenia caryophyllus (Spreg) ويـعـرف أيـضـاً بـ

Syzgium aromaticum وهو من الفصيلة الميرتسية Myrtaceae، وهناك أصناف عديدة للنبات تنسب إلى مناطق زراعته مثل قرنفل بينانج Penang cloves وقرنفل أمبوينا Amboyna وقرنفل زنجبار Zingiber cloves وهي تختلف في لون براعمها الزهرية وأحجامها وهي الجزء المستعمل من النبات.

مناطق زراعته

الموطن الأصلي لشجيرة القرنفل هو جزر مالوكا Malucca islands وما جاورها وكانت مزروعة فيها بشكل واسع، وتنتشر حالياً زراعته في جزيرة زنجبار (في تنزانيا) وجزيرة بيمبا اللتان توفران معظم احتياجات العالم منه، وتنتج الجزء الباقي منه بينانج Penang وأمبوينا Amboyana وجزيرة مدغشقر في شرق أفريقيا وكذلك أندونيسيا ودول أخرى.

وصفه النباتي

وصف الطبيب العربي والعشاب داود الأنطاكي شجرة القرنفل: هي كالياسمين وأدق وهذا الموجود وبمقام ثمره وهو قطع مستطيلة دقيقة مما يلي الأصل مرتبة من الجهة الأخرى بين تربيعها نتوء كأنه زهرة، وتجمع البراعم الزهرية للنبات ولونها أخضر أو أخضر محمر يصبح بني داكن بعد جفافها بأشعة الشمس أو داخل أفران خاصة، ويتراوح طول البرعم الزهري نحو سنتيميتر واحد وله نهاية منتفخة.

تركيبه الكيماوي

تحتوي البراعم الزهرية للقرنفل على نسبة تتراوح بين ١٥ و ٢٠٪ (وزن/ جم) من الزيت العطري يكون معظمه في شكل حمض جالوتانيك gallotannic acid (١٣٪) يوجد فيه كاريوفليلين Caryophyllin بنسبة تتراوح بين ٥ ـ ٧٪ وهو مادة بلورية ليس لها رائحة ولا طعم ويكون نحو ٠,٢٥٪ منه في صورة رماد غير ذائب في الحامض، وتحتوي البراعم الزهرية على المكونات التالية لكل مائة جرام: بروتين ٥,٢٪، ودهن ٨,٩٪، وكربوهيدرات ٤٦٪، وطاقة ٢٨٥ سعر حراري، وثيامين (فيتامين ب١) ٨٠ ميكروجرام وريبوفلافين (فيتامين ب٢) ١٢٠ ميكروجرام، وكالسيوم ٧٤٠ ملجم وحديد ٦,٩ ملجم، ويوجد فيه أيضاً مركب التانين المسؤول عن طعمه القابض، ويجب تخزين القرنفل داخل أوعية زجاجية أو سواها لا تتأثر به محكمة القفل بعيداً عن الضوء على درجة لا تزيد عن ٢٥° م، وله رائحة التوابل ذات الخواص الأروماتية القوية ومذاق لاذع (حار) ويستعمل كتابل لبعض أطباق الطعام والمشروبات وزيته له استعمالات عديدة.

زيت القرنفل

يستخلص زيت القرنفل بواسطة التقطير البخاري من البراعم الزهرية وأوراق النبات وفروعه الخضرية، ولونه أصفر باهت وله مذاق ورائحة مميزين له يصبح أدكن لوناً وأثخن قواماً مع ازدياد طول فترة تخزينه وتعرضه للهواء، ويحتوي زيت القرنفل على نسبة لا تقل عن ٨٥٪ (حجم/ حجم) من المركبات الفنيولية وهي رئيساً إيوجينول euginol يذوب في الغول (بنسبة جزء لكل جزئين من الغول) ويذوب القليل منه في الماء، ويخزن داخل أوعية تملأ إلى قمتها وبعيداً عن

الضوء وعلى درجة حرارة لا تزيد عن ٢٥° م، ويتركب هذا الزيت رئيساً من يوجينو eugino ورمزه الكيماوي C10 H12 O6 بنسبة لا تقل عن ٨٥٪ وهو سائل عديم اللون وله رائحة القرنفل بالإضافة إلى مكونات أخرى وهي تربين (caryophyllene) وأسيتايل إيوجينول acetyl eugenol وألفا ـ ميثايل فيورفيوروال metheyl furfural & وداي ميثايل فيورفيورال dimethyl feurfural وميثايل سالسليت methyl salciylate ومركبات أخرى، ويستعمل زيت القرنفل بشكل واسع في إنتاج الفانيليا الصناعية المستخدمة كمنكهة لبعض الأغذية ولها رائحة محببة للنفس، كما يستعمل زيت القرنفل كعامل مجفف dehydrated agent وفي توضيح الرؤيا أثناء الفحص بالمجهر ويسمى بلسم كندا Canada balsam .

في الطب القديم

عرف الأطباء المسلمون الأوائل القرنفل وذكروا فوائده في مؤلفاتهم، وقال عنه صاحب القانون ـ ابن سينا: يطيب النكهة، يحد البصر وينفع الغشاوة أكلًا وكحلًا، يقوي المعدة وينفع في القيء والغثيان، وقال عنه الطبيب العربي الشهير داود الأنطاكي: يقوم الدماغ الباردة والذهن والحفظ والصوت ويجلو البلغم ويطيب النكهة ويقوي الأعضاء الرئيسة كلها كالصدر والمعدة والكلى والكبد والطحال ويزيل الوحشة والوسواس وما عرض من الباردين من فالج ولقوة، ويمنع الفواق والغثيان والقيء ويسخن الرحم ويهيج الباه، ويذكر القاموس المحيط بعض فوائده: مصف للقلب والدماغ، مقوٍ لهما، نافع للخفقان والبصر والغشاوة والنكهة، هاضم.

قاطع لرياح البطن

اكتشف الأطباء فائدة القرنفل في قطع إنتاج الغازات داخل

الأمعاء carminative وتعزى هذه الخاصية إلى زيته العطري الذي يعيق حدوث التخمرات غير الطبيعية في القولون ويستعمله البعض في علاج المغص المعوي الناشئ عن تجمع الغازات في القولون.

منعش عطري

يستعمل القرنفل مع غيره من التوابل كمادة مكسبة للنكهة لمنتجات اللحوم والمخبوزات، وله طعم لاذع ورائحة نفاذة وهو منعش عطري aromatic stimulant يزيد تقبل الإنسان للطعام مثل بقية التوابل، وتكون نكهة وطعم الثمار الناضجة لنبات القرنفل mother of cloves وأوراقه وفروعه الخضرية أقل حدة من براعمه الزهرية نتيجة انخفاض محتواها من الزيت العطري لذا يستعمل البعض هذه الأجزاء النباتية كوسيلة للغش بطحنها مع البراعم الزهرية قبل بيعه.

في طب الأسنان

يلجأ طبيب الأسنان أحياناً إلى غمر قطعه صغيرة من القطن في زيت القرنفل ثم يدخلها في تجويف السن المصاب بالنخر بعد تنظيفه تمهيداً لحشوه، ويفيد ذلك في تلف الأنسجة العصبية في لب السن ومن ثم اختفاء الشعور بالألم لكن يؤدي تكرار استعمال هذه الطريقة إلى حدوث تلف في أنسجة اللثة لرهافة تركيبها وشدة حساسيتها للكيماويات والحرارة، وقد يخلط زيت القرنفل مع أكسيد الزنك ويستعمل كحشو مؤقت للحفر التي يحدثها الطبيب في السن المصاب بالنخر، ويفضل الأطباء استعمال إيوجينول euginol (حمض يوجينك eugenic acid) عوضاً عن زيت القرنفل لهذا الغرض، ويعمد بعض الناس إلى وضع مسحوق القرنفل داخل موضع النخر في السن عند

الشكوى من آلام فيه، وهو يفيد في تسكين آلامهم وقتياً إلى حين تمكنهم من مراجعة الطبيب، ويجب الحذر من تكرار استعماله تفادياً حدوث تلف في اللثة والأسنان السليمة.

في التخدير الموضعي

يكون مركب إيوجينول eugenol الموجود في زيت القرنفل ذا تأثير مهيج للأنسجة وخاصة جلد الإنسان، وقد يسبب تخديراً في الموضع الذي يلامسه، ويستعمل بعض الناس مخلوط زيت القرنفل مع زيت الزيتون في تدليك الجلد في علاج حالات الضعف العضلي والشلل، ويفيد في إكساب الجلد الحمرة نتيجة تنشيطه الدورة الدموية فيه.

مراجع البحث

1- Antia, F.P. (1985).
Clinical dietetics and nutrition p.292.
Oxford university press, London, England.

2- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p51.
Butterworths Co. London, England.

3- Colin, J. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. p. 56. Arlington book,. King. St. James, s, London, England.

4- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1062.
The pharmaceutical press, London. England.

5- Trease, G. E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. p452. Bailliere Tindall, East bourne,. England.

٦ ـ ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، ص٢٦٤، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

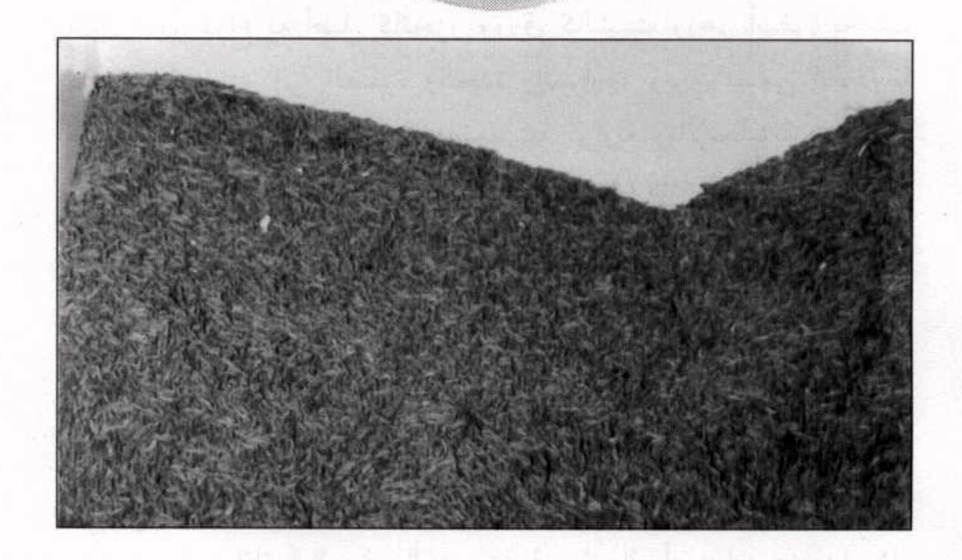
٧ ـ ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج١١، ص٥٥٦، دار صادر، بيروت لبنان.

٨ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ٢٤٣، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٩ ـ الفيروز أبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. ص١٣٥٣، مؤسسة الرسالة بيروت ـ لبنان.

* * *

الكراوية



الكراوية من الأعشاب الطبية التي عرفها الإنسان قبل وقت طويل، وقال عنها العالم اليوناني الشهير ديسقوريدس: بزر صغير الحبة معروف عند الناس، وذكر الأطباء القدماء مثل جالينوس بعض فوائدها العلاجية في مؤلفاتهم، ثم استعملها الأطباء العرب الأوائل في العلاج وذكروا أنواع عديدة منها حسب موضع زراعتها مثل الفارسية والشامية والرومية والجبلية، وينتشر استخدامها في الأغذية فتضاف إلى بعض أطباق الحلويات والفطائر لمذاقها ونكهتها المرغوبين، وتستعمل في دول وسط أوروبا كمنشط عطري للجسم.

أسماء النبات

في المعجم الوسيط الكَرَاويا ويُمد: عشب ثني من الفصيلة الخيمية وثمرته من الأفاويهِ يُتخذ مِنهُ شرابٌ منبهٌ، ويقول داود الأنطاكي عنها في تذكرته: كَراوَيا يسمى بالفارسية قرنباد، منه بستاني بطول نحو ذراع له أصل كالجزر وورق كالشبت وزهر أبيض يخلف إكليلًا داخله بزر إلى الصفرة والحدة والمرارة، وبري يسمى القردمانا أصله إلى الحمرة كزهرة، وشاع تسميتها كراوية وبالإنجليزية caraway و caraway fruit ، واسمها العلمي: Carum carvi L ولها أصناف عديدة حسب مناطق زراعتها، وهي من الفصيلة الخيمية Umbelliferae

مناطق زراعتها

توجد نباتاتها البرية والمزروعة في شمال أوروبا وجنوبها مثل هولندا والدانمرك وألمانيا وروسيا وفنلندة والنرويج والسويد وإنجلترا وكذلك مصر والمغرب والصين.

وصفها النباتي

نبات ثنائي الحول من كاسيات البذور وثنائية الفلقة يصل ارتفاعه إلى حوالي متر، وأوراقه مفصصة وأزهاره بيضاء على شكل نورات خيمية ولون ثماره الناضجة بني مخضر ولها رائحة عطرية ومذاق مميزين.

الأجزاء المستعملة منها

تستخدم الثمار الناضجة للنبات بعد تمام نضجها أو على شكل مسحوق، ويمكن استخلاص زيت عطري منها يسمى زيت الكراوية.

مكوناتها الفعالة

تحتوي ثمار هذه النبات على زيت طيار بنسبة ٣ ـ ٧٪ يستخلص بواسطة التقطير البخاري، وكذلك زيت ثابت بنسبة ٨ ـ ٢٠٪ وأوكسالات الكالسيوم ومادة ملونة وراتنج، وتشترط القوانين الغذائية البريطانية احتواء الثمار على نسبة لا تقل عن **٣,٥٪** زيت طيار، وفيه كارفون carvon وليمونين limonene وكميات صغيرة من داي هيدروكارفيول dihydrocarveol وكارفيول carveol وداي هيدرو كارفيول dihydrocarveol ، ويمكن تحضير مركب كارفون من زيت الكراوية وزيوت عطرية مستخلصة من نباتات أخرى يوجد فيها بنسب مرتفعة.

زيت الكراوية

يكون زيت الكراوية لا لون له أو أصفر باهت وله رائحة ومذاق مميزين لها، ويحتوي حسب القوانين البريطانية على **٥٣ ـ ٦٣٪** (وزن/ وزن) كيتونات محسوبة كمركب كارفون ويكون حوالي **٥٠٪** منه من نوع كارفون ـ د الذواب في الغول بنسبة ١ :٧، ويخزن داخل عبوات مملوءة إلى نهايتها وفي درجة حرارة لا تزيد عن **٢٥**م وبعيداً عن الضوء، وله استخدامات مشابهة لثمار الكراوية.

في الطب القديم

اكتشف الأطباء القدماء الفوائد الطبية للكراوية، قال جالينوس في ذلك: فيها حرافة معتدلة لذلك تطرد الرياح وتدر البول ليس بذورها فقط وإنما كامل النبات، وقال أبو بكر الرازي في كتاب «منافع الأغذية ودفع مضارها»: الكراويا حار لطيف طارد للرياح مجشئ جيد للمعدة الباردة يلطف الأغذية الغليظة وإذا وقع مع الخل قل إسخانه وعقل الطبيعة ولم ينقص تلطيفه للأطعمة الغليظة وإن وقع مع المربى لم يعقل الطبيعة وأعان على الهضم وحلل النفخ ويصلح أكثر الأغذية النافخة فيقلل نفخها ويسرع هضمها، وقال داود الأنطاكي في تذكرته عنها: حارة يابسة تحلل الرياح والنفخ وتهضم وتفتح الشهية وتمنع التخم، وقال صاحب القانون ـ ابن سينا عن هذا النبات: يطرد الرياح ويجفف وهو ليس في لطف الكمون يسخن المعدة ويهضم الطعام، ينفع من الفواق والخفقان، طبيخ هذا النبات وبذره إذا شربا أدرّا البول وسكنّا المغص.

استخداماتها الطبية

● تستعمل ثمارها وزيتها المستخلص صيدلانياً كمادة مكسبة للنكهة لبعض الأدوية.

● ثمار الكراوية وزيتها لهما خواص قاطعة لرياح البطن carminative ، فيفيد شرب مغليها في الماء في تخفيف المغص الناشئ عن تجمع الغازات في الأمعاء.

● يمكن استعمال زيتها على شكل مستحضر صيدلاني يسمى ماء الكراوية المركز للأطفال الرضع في علاج المغص المعوي الناشئ عن تجمع الغازات في أمعائهم.

مراجع البحث

1- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1061.
The pharmaceutical press, London. England.

2- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy P426. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٣ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٣٢٤، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

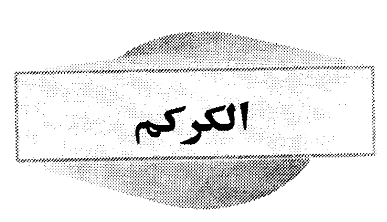
٤ ـ ابن سينا.
القانون في الطب. ج١, ص٣٤٢، دار صادر، بيروت، لبنان.

٥ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٣١٠، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

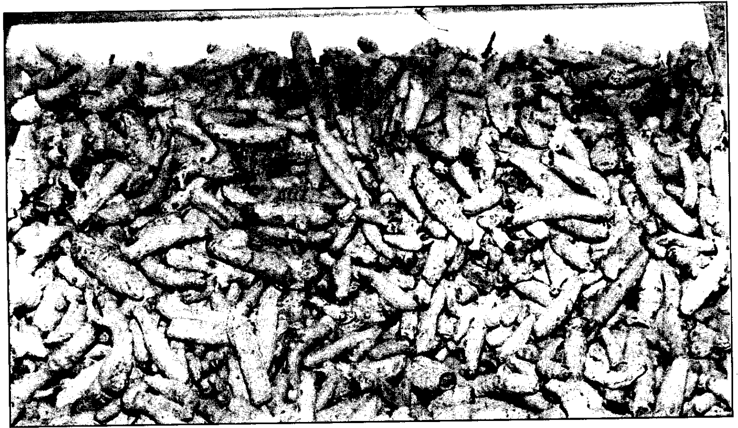
٦ ـ الحسيني، محمد، والمهدي، تهاني (١٩٩٠).
النباتات الطبية زراعتها ومكوناتها واستخداماتها العلاجية. ص٥٨. مكتبة ابن سينا للنشر والتوزيع، القاهرة، ج.م.ع.

٧ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٢٤٦، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *



الكركم



الكُركُم هو جذامير نبات معمر صفراء اللون، حمله العرب الأوائل من موطنه الأصلي في الهند وما جاورها إلى أوطانهم ثم شارك التجار العرب البرتغاليين في جلبه إلى أوروبا، وشاع استخدام عروق هذا النبات في تلوين بعض الأغذية ولإكسابها رائحته الأروماتية المميزة، ويدخل في قائمة الملونات المسموح بها ذات المصدر الطبيعي المستخدمة في الأغذية وفي مستحضرات التوابل كالكاري والمستردة.

أسماء النبات

يقول القاموس المحيط الكُركُمْ بالضم: الزعفرانُ والعِلكُ

والعُصفرُ والقطعة: بهاءٍ، والكُركمانُ بالضم: الرزقُ. وفي لسان العرب الكُركُم: نبتٌ، وثوبٌ مُكركمٌ: مصبوغٌ بالكُركم، وهو شبيه بالورسِ، قال: والكركم تُسميه العرب الزعفرانُ وأنشد أحدهم:

قام على المُركُو ساقٍ يفعِمهُ يُرد فيه سُؤرة ويلثِمهُ
مختلطاً عُشرُقِهِ وكُركمه فَريحُه يَدعو على من يَظلِمهُ

السؤر بالضم: البقية والفضلة.

يصف الشاعر عروساً ضَعِفَ عن السقي فاستعان بعرسِهِ، قال الليث هو الزعفَرانُ، قال الكرماني: دواء منسوبٌ إلى الكُركم وهو نبت شبيه بالكمونِ يخلط بالأدوية.

وتوهم أحد الشعراء أنه الكَمونُ فقال:

غيباً أُرجيه ظُنونَ الأَظننِ أماني الكُركمِ إذْ قَالَ إسقني

وهذا كما تقول أماني الكمون، ابن سيده: والكُركمُ الزعفرانُ القطعة منهُ كُركمةٌ بالضم، وبه سُميَ دواءَ الكُركمُ، وقيل هو فارسي، أنشد أبو حنيفة للبعيث يصف قطاً:

سَماوِية كُدرٌ كأنَ عُيونها يذاف به ورسَ حديثٌ وكُركمٌ

قال ابن بري وقال ابن حمزة الكركم: عروق صفر معروفة وليس له أسماء الزعفران وقال الأغلب:

فبصرت بَعزبٍ مُلَومِ فأَخذتُ من رادنٍ وكُركم

وقال ابن الأثير: هي واحدة الكُركَم وهو الزعفران وهو فارسي معرب، وقال الزمخشري: الميم المزيدة لقولهم للأحمر كُركٌ، وجاء تسميته بالعروق الصُفرِ في تذكرة الطبيب العربي الشهير داود الأنطاكي.

وكُركُم هي لفظ عربي مأخوذ من الفارسية أي أصفر، والوَرسِ

والـوَرص، وبـالإنـجـلـيـزيـة Tumeric و Indian saffron و color index 7500 & E100 و CI Natural yellow 3 واسـمـه الـعـلـمـي: Curcuma longa واشتق اسم هذا الجنس النباتي من العربية وهناك أنواع أخرى منه مثل: C.zanthorrhiza و C.aromatic وجميعها تتبع الفصيلة الزنجبيلية Zingiberaceae.

مناطق زراعته

الموطن الأصلي للنبات هو الهند وجزر الهند الشرقية مثل ماليزيا وكذلك الصين وغرب باكستان ثم انتشرت زراعته في مناطق كثيرة من العالم منها بعض الدول العربية.

وصفه النباتي

نبات معمر له جذامير غليظة كالزنجبيل، تخرج منها أوراق طويلة على شكل مجموعات، وأزهاره صفراء اللون سنبلية الشكل، وهناك نوعان من الجذامير الأول الجذامير الأولية وتعرف بالمستديرة round أو البصلية bulbs يتراوح طولها ٤ - ٦ سم وعرضها ١ - ١,٥ سم والثاني يسمى الأصابع fingers أو الطويلة وفيها نسبة أعلى من الصبغة الصفراء.

الأجزاء المستعملة منه

تستعمل جذامير النبات بنوعيها المستديرة round curcumin والطويلة long curcumin وتجمع من التربة ثم تنظف وتغلى أو تعرض للبخار ثم تجفف وقد تباع على شكل مسحوق لونه أصفر يميل إلى البني.

مكوناته الفعالة

تحتوي جذامير النبات على مادة ملونة diaryl heptanoid تسمى كركومينويدز curcuminoids وهو المكون الرئيس للكركمين diferuloylmethane بالإضافة إلى كميات أقل من داي كافيول ميثان dicaffeolmethane وكافيول فيريولول caffeoylferuloyl methane وفيه أيضا مركب داي هيدروكركمين dihydrocurcumin وصنفت المادة الملونة فيه بأنها صفراء اللون color index ورمزها no.75300 أو E100، وزيت طيار بنسبة حوالي ٥٪ ومركبات سسككيوتربينز Sesquiterpenes مثل زنجبرين Zingiberene ٢٥٪ وكذلك غولات وكيتونات وأحادي التربينات. كما تحتوي جذامير النبات على سكر أرابينوز ١٪ وفركتوز ١٢٪ وجلوكوز ٢٨٪ ونشا، ومسحوق الكركم له رائحة أروماتية خاصة تعزى إلى محتواه من الزيت العطري ومذاق مر خفيف.

في الطب القديم

قيل عن الكركم بأنه أصل النبات الذي سماه عالم الطبيعة والفيلسوف اليوناني ديسقوريدس: خاليدونيون طوماغا وهو الصنف الكبير من عروق الصباغين وهي عروق صفر نباتها يسمى بقلة الخطاطيف، وقال جالينوس: ليست هي عروق الصباغين، ولقد شبهه البعض بالزعفران لأنه يصبغ لوناً أصفر مثله، وجاء في كتاب «الجامع لمفردات الأدوية والأغذية» لابن البيطار عن الكركم: يدخل في المراهم النافعة من الجرب وينشف القروح ويحد البصر ويذهب البياض من العين، وقال عنه أبو القاسم بن إبراهيم الغساني الشهير بالوزير: بأنه الزعفران الهندي، نافع من وجع الأسنان إذا مضغ وعصارته إذا خلطت بالعسل وطبخت في إناء نحاس أحدت البصر نافعة من النملة ضماداً ومن اليرقان الحادث من سدد الكبد شرباً.

استخداماته

● يستعمل الكركم رئيساً كأحد مكونات مسحوق الكاري والتوابل الأخرى.

● كمادة ملونة طبيعية للأغذية مثل المخللات والجبن والمستردة ويصل الحد المسموح تناوله منه يومياً إلى ١٠٠ ميكروجرام/ كجم من وزن الجسم، ولا زالت الدراسات العلمية مستمرة على تأثيراته على صحة الإنسان، واكتشف حديثاً فريق من العلماء أن إعطاء مسحوق الكركم لحيوانات التجارب سبب حدوث تغيرات نسيجية في الكلى والمثانة والغدة الدرقية لديها.

● تستخدم صبغة الكركم في تحضير ورق مخبري للكشف عن حمض البوريك والبورات.

مراجع البحث

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p207.
Butterworths Co. London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p860.
The pharmaceutical press, London. England.

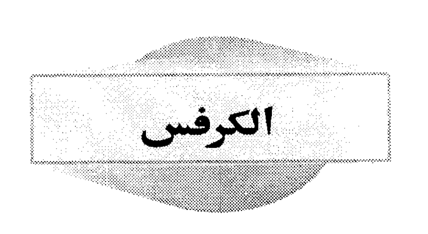
3- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P237,461-62. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٤ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٣٢٥، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٥ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٣١١، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٦ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٢٥٧، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *



الكرفس



عشب ثنائي الحول عرفه القدماء وسماه الإغريق (النبات القمري) وقالوا بأنه مهدئ للأعصاب، ويعتقد أن موطنه الأصلي هو المنطقة المعتدلة في آسيا، ثم زرع في منطقة البحر الأبيض المتوسط قبل انتقاله إلى أوروبا وخاصة في جنوبها، ونقل المهاجرون الأوروبيون زراعته إلى أمريكا وذاع صيته فيها، وللنبات أنواع برية وأخرى بستانية، وهو من الخضروات الورقية التي شاع استعمالها لأغراض مطبخية في تحضير بعض أطباق الطعام والمخللات فتكسبها رائحته ونكهته المستحبين.

أسماء النبات

في لسان العرب الكَرَفس: بَقلةٌ من أحرارِ البقولِ معروفٌ، قيل هو دخيل، والكَرَفَسَةُ: مشيُ المقيدِ، وتكرفَسَ الرجُلِ إذا دخل بعَضُه في بعضٍ، والكَرسَفُ: القطن وهو الكَرفُسُ، ويقول القاموس المحيط: الكَرفسِ بفتح الكافَ والراء، بَقلٌ عظيمُ المنافعِ، مُدرٌ، محللٌ للرياح والنَفخِ، منقٍ للكلى والكبدِ والمثانةِ، مُفتحٌ سُددها، مقوٍ للباءةِ، لا سيما بِزره مَدقوقاً بالسكرِ والسمنِ، عجيب إذا شرب ثلاث أيام، ويضر الأجنة والحبالى والمصروعين، والكرفس بالضم: القطن، والكرفسة: مشيةُ المقيدِ، وبالإنجليزية celery و common celery والاسم العلمي للنبات: Apium graveolens L من الفصيلة الخيمية Umbelliferae.

وصفها النباتي

عشب ثنائي الحول ساقه قائمة مثلمة كثيرة التفرع يعطي في السنة الأولى أوراق جذرية على شكل وريدة ورقية وجذوره لحمية ويصل ارتفاعه ٣٠ ـ ٥٠ سم، ثم يعطي في السنة الثانية ساقاً زهرية يصل طولها إلى المتر، وأوراقه ريشية مفصصة وأزهاره صغيرة بيضاء أو صفراء على شكل نورة خيمية وثماره بيضية أو مستديرة الشكل ومضغوطة من جانبيها وطولها ١ ـ ١,٥ ملم وعرضها ١,٥ ملم وثخانتها ٠,٥ ملم ولونها بني أو رمادي.

الأجزاء المستعملة منه

يستخدم كامل العشب الذي يجمع وقت الإزهار وكذلك ثماره الناضجة بعد جفافها.

مكوناته الفعالة

تحتوي الجذور الدرنية للكرفس على أساس وزنها الجاف على سكريات بنسبة ١,٨ ـ ٣,٦٪ وزيت عطري بنسبة ٢,٤٪، ويوجد في الثمار زيت طيار بنسبة ٣,٢٪ وزيت ثابت وبروتين وهلام نباتي، ويوجد في الأوراق فيتامين ج ونسبة مرتفعة من الألياف الغذائية وزيت طيار كما يوجد في العشب جليكوسيد فلافوني هو إبيئين Apien وفالارينون Falarinon وكارفيول Carveol.

في الطب القديم

ذكر الأطباء الأوائل فوائد الكرفس عند استعماله لوحده أو مع غيره في العلاج، قال ديسقوريدس عنه: هذا النبات يوافق كل ما توافقه الكزبرة وإذا تضمد به مع الخبز والسويق سكن أورام العين الحارة والتهاب المعدة، ويسكن ورم الثدي الحار وإذا أكل نيئاً أو مطبوخاً أدر البول وإذا شرب طبيخه مع أصوله نفع من الأدوية القتالة، ويحرك القيء ويعقل البطن وبذره أشد إدراراً للبول منه، وينفع من نهش الهوام ويحلل النفخ وينفع في أخلاط الأدوية المسكنة للأوجاع والأورام المركبة لضرر سموم الأورام وأدوية السعال. وقال جالينوس في كتاب أغذيته: الكرفس البستاني أنفع للمعدة من سائر أنواع الكرفس لأنه ألذ منها وأكثر اعتياداً، وعرف الأطباء العرب الأوائل أنواع عديدة للكرفس حسب مكان زراعته كالبستاني والجبلي وما ينبت في الماء نفسه وبالقرب من الماء، وحسب مصدره كالرومي والمشرقي والأجامي والقبرصي، وقال عنه ابن سينا في كتابه «القانون في الطب»: محلل للنفخ مفتح السدد، مسكن للأوجاع مطيب للنكهة جداً، ينفع في أوجاع العين والسعال أو ضيق النَفَسْ وعسره، وأورام الثدي والكبد والطحال ولكنه يحرك الجشاء، والبري منه ينفع من

الجرب والقوباء وعرق النسا، وفي بزر الكرفس تغشية ومقيء، وقال ابن البيطار: عصير الكرفس وورقه ينفع الحمى النافض وورقه ينفع المعدة والكبد ويذيب الحصاة، وعروقه تلين البطن أكثر من الورق، وإذا تضمد به مع الخبز سكن أورام العين الحارة وأورام الثدي والتهاب المعدة.

مصدر للحيض

عرف قديماً فائدة استعمال مستخلص ثمار الكرفس أو زيتها عن طريق الفم أو كدوش مهبلي في إدرار دم الحيض، وأكد الأطباء هذه الخاصية وعزوها إلى محتواهما من مركب بنين pinene الموجود في الزيت العطري وهو من مجموعة الآبيول apiol وله خواص مدرة للطمث ويوجد أيضاً في أفراد أخرى من الفصيلة النباتية الخيمية كالبقدونس والكزبرة، لكن الإفراط في تناول المرأة الحامل لثمار الكرفس أو زيته أو استعمالهما كدوش مهبلي يسبب لها الإجهاض.

مهدئ ومقو

يفيد استعمال ثمار الكرفس بكميات صغيرة عن طريق الفم كمهدئ sedative ومقوٍ للجسم ومدر للبول ويعزى تأثيره إلى محتواه من الزيت العطري.

استعمالاته العامة

تستعمل أوراق نبات الكرفس الطازجة في سلطة الخضروات وفي الطبخ وفي صناعة المخللات وفي تتبيل بعض أطباق الطعام لمذاقه ورائحته المميزين، وكمصدر للعناصر المعدنية وفيتامين أ، ج في

التغذية بالإضافة إلى محتواه من الألياف الغذائية، ويستخدم الزيت العطري المستخلص من ثماره لأغراض عديدة.

مراجع البحث

1- Wallis, T.E. (1985).
p.245 Textbook of pharmacognosy.
Pitman Tindall, East bourne, England.

٢ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٣١٠، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٣ - ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، ص١٥٤، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٤ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٣٠٨، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٥ - ابن سينا.
القانون في الطب. ج٢، ص٣٤٤، دار صادر، بيروت، لبنان.

٦ - العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٥٢، دار الأهالي، دمشق، سورية.

* * *

الكزبرة



نبات حولي شاع استعمال ثماره الناضجة بعد جفافها لوحدها أو مع غيرها من التوابل أو تضاف أوراقها الخضراء لبعض أطباق الطعام لإكسابها مذاقها ونكهتها المميزين، وعرف القدماء الكزبرة وجاء ذكرها في بردية إيـبـرس Papyrus of Ebers حـوالـي ١٥٥٠ قبل الميلاد وفي كتابات علماء من الإغريق مثل كاتو Cato وبليني Pliny، وعرفها الأطباء المسلمون الأوائل واستخدموها في علاج بعض الأمراض وكانت معروفة في إنجلترا قبل فتح النورمان وزرعت منذ فترة طويلة في مقاطعة إكسس Exess بإنجلترا، وتوجد منها أنواع بستانية وأخرى برية.

أسماء النبات

الكزبرة بالزاي المعجمة، ويقول المعجم الوسيط: الكزبرة بقلة زراعية حولية من الفصيلة الخيمية، تضاف أوراقها إلى بعض الأطعمة

وتستعمل بذورها في الطعام والصيدلية، وجاء في كتاب «تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب» لداود الأنطاكي تسميات الكزبرة بالزاي المعجمة ويقال بالسين المهملة هي القرديون والتقدة والكشنيز أو التقدة البري خاصة، وبالإنجليزية الكزبرة: Coriander وهو اسم مشتق من اليونانية أي حشرة البق Kopis, a bug ، واسمها العلمي: Coriandrum sativum L. وهي من الفصيلة الخيمية Umbelliferae ، ولها أصناف عديدة تختلف حسب منطقة زراعتها كالمغربي والهندي والروسي والألماني والهنغاري وتتباين لحد ما في شكل ثمارها وحجمها ونسبة الزيت الطيار فيها، وتختلف الكزبرة كلياً عن نبات آخر يسمى كسبرة البئر وهو من السراخس المعروفة بـ Maiden hair fern .

مناطق زراعتها

الموطن الأصلي للنبات هو إيطاليا وتزرع فيها مساحات كبيرة منه وكذلك في باقي منطقة حوض البحر المتوسط كالمغرب ومصر ومالطا وكذلك هولندا وشرق ووسط أوروبا والصين والهند وبنغلاديش وروسيا وهنغاريا وغيرها، وتزرع كأحد الخضروات الورقية في الكثير من دول العالم.

وصفها النباتي

عشب حولي قد يصل ارتفاعه إلى ٧٠ سم وساقه متفرعة وأوراقه السفلية عريضة بينما تكون العلوية مجزأة، وأزهاره بيضاء أو بنفسجية اللون على شكل نورات خيمية، وثماره كروية الشكل لونها بني فاتح إلى أخضر وتختلف في شكلها وحجمها حسب أنواعها كالروسي والمغربي والهندي ولها رائحة ومذاق مميزين.

الأجزاء المستخدمة من النبات

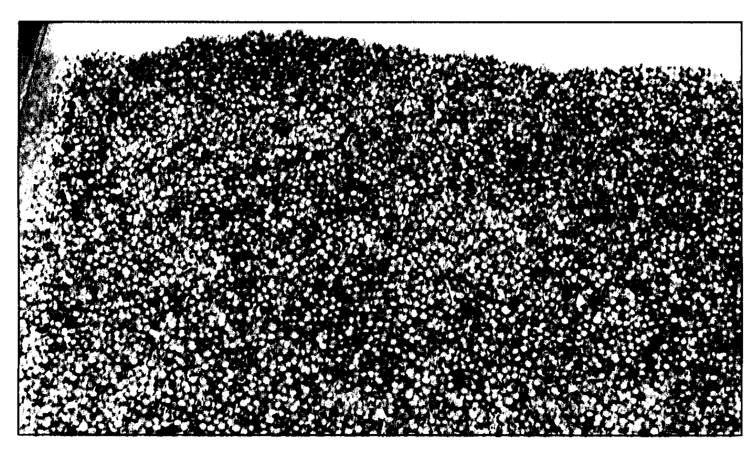
تخزن الثمار الناضجة بعد جفافها في صورتها الكاملة أو كمسحوق داخل عبوات محكمة القفل في مكان بارد للمحافظة على خواصها، وتستخدم الأجزاء الخضرية من النبات كأحد الخضروات الورقية في الطبخ، ويستعملها بعض الناس في تحضير طبق سلطة الخضروات وغير ذلك.

مكوناتها الفعالة

تحتوي الثمار الجافة للكزبرة على زيت طيار بنسبة قد تصل إلى ١٪، وفي القوانين البريطانية لا تقل عن ٠,٣٪ ويستخلص بواسطة التقطير البخاري، وفيه ٦٥ ـ ٧٠٪ لينالول linalol (coriandol) وبنين pinene وتصل نسبة الرماد فيها ٥ ـ ٧٪، والثمار غير الناضجة للكزبرة ذات رائحة غير مستحبة تنتقل إلى الزيت عند استخلاصه منها، وتحدث تغيرات في الزيت عند تخزين ثمار النبات داخل عبوات مفتوحة وتعرضها خلاله فترة طويلة للحرارة والضوء، وتمتاز الأجزاء الخضرية لنبات الكزبرة بارتفاع محتواها من فيتامين ج ومولد فيتامين أ (الكاروتينات) وفيها ألياف غذائية والعديد من العناصر المعدنية كالحديد.

زيت الكزبرة

يكون زيت الكزبرة لا لون له أو أصفر باهت وله رائحة ومذاق مميزين لها يذوب في الغول بتركيز ٧٠٪ بنسبة ١:٣ ويخزن على درجة حرارة لا تزيد عن ٢٠م داخل عبوات محكمة القفل بعيداً عن



الضوء وله خواص أروماتية وقاطعة لرياح البطن وله استخدامات في صناعة العطور، ويحتوي الزيت العطري المستخلص من ثمار الكزبرة على مركبات لينالول Linalol وكورياندرول coriandrol وبنين pinene .

في الطب القديم

وصف الأطباء القدماء مثل ديسقوريدس وجالينوس الكزبرة لوحدها أو مع غيرها في علاج بعض الأمراض، ومما قاله الأول عنها: إذا تضمد به مع دقيق الباقلا حللت الخنازير (تضخم الغدد الليمفاوية في الرقبة) والجروح، وبذرها إذا شرب منه شيء يسير أخرج الدود الطوال وإذا خلط بدهن الورد أو الخل ولطخ على الأورام الحارة الملتهبة الظاهرة في الجلد نفع منها، وقال داود الأنطاكي في تذكرته عن الكزبرة الخضراء: مركبة القوى وتستعمل رطبة فتبطئ انحدار الطعام فتوافق من به الانزلاق فتحبس القيء وتمنع اللهب والعطش والنملة والحكة والجرب والرمد والسلاق مطلقاً والتهيج أكلًا وطلاءً وماؤها بالسكر يشهي ويمنع التخم وتقوي القلب وتمنع الخفقان ومع الصعتر والسكر تزيل الدوسنتاريا، ومع الصندل والأنيسون تقوي

المعدة وتسقط الديدان. وقال ابن سينا عن ثمارها الجافة: ينفع منها للخفقان الحار وتبطئ الهضم وتقوي المعدة المحرورة وتمنع القيء وقيل أنها تسكن الجشأ الحامض بعد الطعام، وقال أبو القاسم بن إبراهيم الغساني الشهير بالوزير في كتابه «حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار» عن الكزبرة: نافعة من هيجان المرة الصفراء محللة للأورام الحادة نافعة من التهاب المعدة، وإذا شرب من مائها اليسير مع رب العنب أخرجت الدود الطوال من البطن، وبزرها إذا سحق وذر على المواضع التي ينبعث منها الدم قطعه وإذا حُمص وشرب عقل البطن، وهي بقلة من البقول.

استعمالاتها

● الثمار الناضجة الجافة للكزبرة مادة مكسبة للنكهة في بعض أطباق الطعام.

● ثمار الكزبرة أو زيتها المستخلص قاطعة لرياح البطن ومسكنة للمغص الناشئ عنها.

● تستخدم الأجزاء الخضرية للنبات عادة قبل إزهاره كأحد الخضروات الورقية وتضاف إلى طبق السلطة أو في الطبخ لإكساب الطعام نكهتها ومذاقها المميزين.

● يفيد استعمال مستخلص الثمار الجافة أو الزيت المستخلص منها داخلياً أو كدوش مهبلي في إدرار الطمث للمرأة وعند استعمال المرأة الحامل له يحدث لها الإجهاض، ويعزى ذلك لاحتواء زيتها على مركب بنين pinene لأنه يسبب تقلصات في عضلات الرحم فيدر دم الحيض.

● يستخدم زيت الكزبرة في بعض الصناعات الغذائية والمستحضرات الدوائية.

مراجع البحث

1- Antia. F.P.(1985).
Clinical dietetics and nutrition. p292, 637.
Oxford university press, London, England.

1- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p57.
Butterworths Co. London, England.

3- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1060.
The pharmaceutical press, London. England.

4- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P.428 Bailliere Tindall, East bourne, England.

5- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P.246. Pitman Tindall, East bourne, England.

٦ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٣٢٧، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٧ - ابن سينا.
القانون في الطب. ج١، ص٣٤١، دار صادر، بيروت، لبنان.

٨ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٣١١، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٩ - شهاب. د. هيام، والنوري، د. أحمد سمير. (١٩٩٢).
علم العقاقير. ج٢. ص٢٧٠، منشورات جامعة دمشق، سورية.

١٠ ـ العودات، د. محمد ولحام، د. جورج (١٩٨٧)،
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٧٩، دار الأهالي، دمشق، سورية.

١١ ـ الغساني، أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم.
حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار. ص١٣٩، دار الغرب الإسلامي، بيروت، لبنان.

١٢ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٢٥٠، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *



عشب حولي شاع استخدام ثماره الجافة لوحده أو مع غيره كتابل لبعض أطباق الطعام بهدف تحسين مذاقها ونكهتها ورائحتها، وورد اسمه في كتب مشاهير الأطباء القدماء مثل ديسقوريدس وجالينوس الذين ذكروا فوائده في العلاج، واستخدمه قدماء المصريين كمسكن للمغص وفي تحليل رياح البطن، ثم عرف العرب الأوائل أنواع بستانية وأخرى برية للكمون واستعملوها في طعامهم وفي علاج بعض أمراضهم، يقول في ذلك القاموس المحيط: الكَمّونُ حَبٌّ مدرٌ مجشئ هاضم طارد للرياح، وابتلاع ممضوغه بالملح يقطع اللعاب، والكمون الحلو: الأنيسون، والكمون الحبشي: شبيه بالشونيز، والكمون الأرمني: الكراوية، والكمون البري: الأسود، وخلال القرون الوسطى كان الكمون أحد أكثر التوابل استخداماً في المطبخ الأوروبي ولا زال يحتل مكاناً مرموقاً بين التوابل المضافة إلى بعض أطباق الطعام.

أسماؤه

في لسان العرب الكَمّونُ بالتشديد: معروف حَبٌ أدقَ من السُمسُمِ واحدتُه كَمونةٌ، وقال أبو حنيفة الدينوري: الكمون عربي معروف يزعم قوم أنه السنوت، قال الشاعر:

فأصبحت كالكمون ماتتْ عُرُوقهُ   وأغْصَانُهُ مما يُمنّونَه خُضرُ

كَمَن كمُوناً: اختفى، وكمن له يَكْمنُ كُموناً وكمِن: استخفى، وكَمنَ فلان إذا استخَفى في مكْمن لا يُفطنُ له، وأكمن غَيره أخَفاهُ ولكل حَرفٍ مَكمَنٌ إذا مَر بهِ الصوتُ أثَارهُ، وكل شيء استتر بشيء فقد كمن فيه كُموناً، وذكرت مؤلفات مشاهير الأطباء العرب الأوائل بأنه عرف أيضاً بالسنوت، وبالإنجليزية CUMMIN واسمه العلمي: Cuminum cyminum l. من الفصيلة الخيمية umbelliferae.

مناطق زراعته

الموطن الأصلي للنبات هو مصر وانتشرت زراعته في العالم وخاصة في صقليا والمغرب ومالطا والهند وسورية للاستفادة من ثماره بعد جفافها.

وصفه النباتي

نبات صغير الحجم من كاسيات البذور وثنائية الفلقة وساقه قائمة قد يصل ارتفاعها إلى نصف متر، وأوراقه مجزأة رفيعة، وأزهاره مركبة لونها أبيض أو أبيض رمادي على شكل نورات مظلية ويزهر النبات في فصل الربيع، وثماره مغزلية الشكل مضغوطة من الجانبين بنية اللون وذات رائحة عطرية ومذاق لاذع مميزين.

الأجزاء المستعملة منه

تستخدم ثماره الناضجة الجافة وطولها نحو ٦ ملمم وتشابه الكراوية في مظهرها وتخزن في مكان جيد التهوية، كما يباع الكمون على شكل مسحوق.

مكوناته الفعالة

تحتوي ثمار الكمون على زيت عطري بنسبة ٢,٥ ـ ٤٪ وألدهيدات كمونية cuminic aldehyde وبنين pinene وألفا ـ تربينول & terpinol- بالإضافة إلى تانين وراتنج، ويمكن استخلاص زيت الكمون بواسطة التقطير البخاري لمسحوق الثمار.

في الطب القديم

استعمل الأطباء القدماء الكمون لوحده أو مع غيره في العلاج، قال جالينوس: قوته حارة ومدر البول وطارد رياح البطن ويذهب النفخ، وقال ديسقوريدس عنه: منه طيب الرائحة خاصة الكرماني وبعده المصري وبعده سائر الكمون وقوته مسخنة مجففة قابضة، وعرف الأطباء المسلمون الأوائل عدة أنواع منه ذكرها ابن سينا في قوله: الكمون منه كرماني ومنه فارسي ومنه شامي ومنه نبطي والكرماني أسود اللون، والفارسي أصفر اللون، والفارسي أقوى من الشامي، والنبطي هو الموجود في سائر المواضع ومن الجميع بري وبستاني، والكرماني أقوى من الفارسي والفارسي أقوى من غيره، والكمون فيه قوة مسخنة، يطرد الرياح ويحلل وفيه تقطيع وتجفيف، وفيه قبض وتجفيف فيما يقال، وينفع في علاج المغص والنفخ، ومما قاله داود الأنطاكي في تذكرته عن الكمون: يحلل الرياح مطلقاً ويطرد البرد ويحلل الأورام ويدفع السموم وسوء الهضم والتخم وعسر النفس والمغص الشديد شرباً بالماء والخل ويحلل الدم المحبوس ضماداً. . .، وقال عنه أبو القاسم الغساني في كتابه «حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار»: مدر للبول والطمث ويطرد الرياح ويحلل الصلابة وإذا شرب بالماء نفع من المغص والنفخ وإذا شرب بالخل

نفع من الفواق ويدمل الجروح، وقاطع للرعاف إذا أدخلت منه فتيلة في الأنف، وعصارته تجلو البصر وتزيل الدمعة.

فوائده الطبية

- يفيد استخدام الكمون أو زيته المستخلص كقاطع لغازات البطن carminative ومسكن للمغص الناشئ عنها وتعزى هذه الفائدة إلى محتواه من الزيت الطيار، لذا ينتشر إعطاء مغلي ثماره في الماء للأطفال الرضع عند شكواهم من المغص المعوي وغازات الأمعاء.
- منشط للجسم stimulant وفاتح الشهية للطعام مع غيره من التوابل فيكسب الطعام رائحته ومذاقه المميزين.
- يستخدم حالياً في الطب البيطري.

مراجع البحث

1- Antia, F.P. (1985).
Clinical dietetics and nutrition. p292, 637.
Oxford university press. London, England.

2- Bender, A.E. (1968).
Dictionary of nutrition and food technology. p61.
Butterworths Co. London, England.

3- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1061.
The pharmaceutical press, London. England.

4- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P431. Bailliere Tindall, East bourne, England.

5- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P432. Pitman Tindall, East bourne, England.

٦ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٣٤٦، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٧ ـ ابن منظور، جمال الدين محمد.
لسان العرب. ج١٣، ص٣٦٠، دار صادر، بيروت، لبنان.

٨ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٣١٤، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٩ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٨٢، دار الأهالي، دمشق، سورية.

١٠ ـ الغساني، أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم.
حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار. ص١٤١، دار الغرب الإسلامي، بيروت، لبنان.

١١ ـ الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص١٥٨٤، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

١٢ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٢٥١، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *

اللُبان

اللُبانِ أو الكندر صمغ راتنجي وضرب من العلك يخرج على شكل دموع تجف بسرعة عند شق لحاء أشجاره، وعرفه الفراعنة والإغريق والرومان وتعددت استخداماتهم له، ثم عرفه العرب الأوائل لانتشار نمو أشجاره في شبه الجزيرة العربية، وذكر أطباؤهم فوائد استعماله لوحده أو مع غيره في مؤلفاتهم الشهيرة، وازدهرت في الماضي تجارته وكان من السلع التي طمع بها الغزاة، واللبان له رائحة عطرية محببة للنفس تظهر عند مضغه في الفم أو عند حرقه كالبخور.

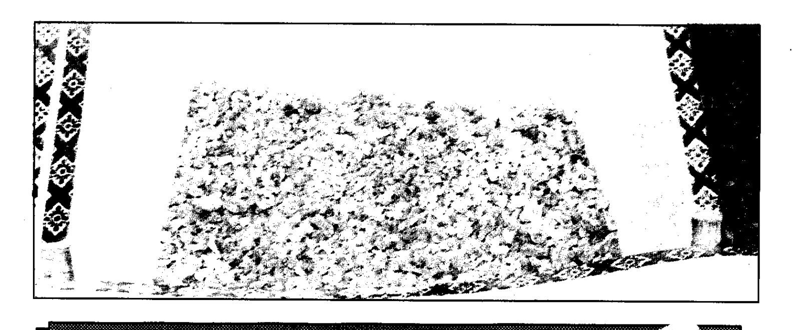
أسماء النبات

في لسان العرب الكُندر بضَم الكاف: اللُبانِ، وفي المحكم: ضَربٌ من العِلكِ، والواحدةُ: كَندرةٌ، والكندرةَ من الأرضِ: ما غَلظَ وارتفعَ، وكَندرةُ البازي: مجثَمة الذي يهُيأ له من خشبٍ أو مدرٍ، وهو

دخيل ليس بعربي، وبيان ذلك أنه لا يلتقي في كلمة عربية حرفان مثلاً في حشو الكلمة إلا بفصلٍ لازم كالعقنقل والخفيفد ونحوه، ويقول القاموس المحيط: الكُندر بالضم أيضاً: الرجلُ الغليظُ القصيرُ والحمارُ العظيم كالكنادر كعلابط فيهما، واللبانُ في اللغةِ: الرضاعُ وبالضم الكُندَرُ والصنوبر والحاجات من غير فاقة بل من همةٍ، جمع لُبانةٍ. ويعرف النبات باللُّبانِ والكَندرِ واللِبانُ الذكر، وسماه ابن البيطار أيضاً اللبانُ الشجري، وبالإنجليزية: olibanum (Frankincense) ويجمع من جذوع شجرة اسمها العلمي: Boswellia carterii L. وتعزى تسمية نوعه إلى كارتر وهو أول أوروبي اكتشف أشجاره في إقليم ظفار بسلطنة عُمان، ويجمع اللبان أيضاً من أنواع أخرى للجنس النباتي Boswellia sp. وتختلف جودة اللبان حسب مصدره ويعرفها العطارون ويميزون بينها وتتبع جميعها الفصيلة البوريسيرية Burseraceae. ويجب تمييز اللبان الذكر عن صمغ راتنجي زيتي مصدره جذوع نبات يعرف بـ American Frankincense أو Common Frankincense وهو من أشجار الصنوبر واسمه العلمي Pinus sp وهو من الفصيلة الصنوبرية Pinaceae.

مناطق زراعة أشجاره

الموطن الأصلي للنبات هو جنوب شبه الجزيرة العربية وخاصة إقليم ظفار بسلطنة عمان وشرق أفريقيا كالساحل الصومالي والسودان. وتوجد نمواته أيضاً في جاوه بأندونيسيا والهند ودول في شرق البحر الأبيض المتوسط، وتتكيف نموات أشجار اللبان في البيئة الصحراوية وتعيش طويلاً وتحتاج نحو ٨ سنوات بين غرسها وبدء عطائها من اللبان.



وصف النبات

شجرة معمرة صغيرة الحجم يصل ارتفاعها إلى ثلاثة أمتار، ويسميها أهل ظفار (المغرة)، أوراقها مركبة ريشية متبادلة، وأزهارها صغيرة الحجم أنبوبية الشكل يميل لونها إلى الأحمر تتجمع على شكل نورات راسيمية، وثمارها بيضية الشكل رائحتها عطرية، وتشبه الشجرة المنتجة للمر لوجود غدد schizogenous ducts في لحاء جذعها يفرز راتنج زيتي، وقال داود الأنطاكي في وصفه الكندر: هو اللبان الذكر، صمغ شجرة تنمو بجبال اليمن، الذكر منه المستدير الصلب الضارب إلى الحمرة والأنثى منه الأبيض الهش.

جمع اللبان

يعمل في أوائل فصل الصيف شق في لحاء شجرة اللبان التي يصل عمرها ٨ سنوات أو أكثر بشكل يشابه القطع في شجرة المطاط لاستخراج السائل المطاطي منها أو شجرة السنط لجمع الصمغ العربي، وتخرج عصارة شجرة اللبان ببطء على شكل صمغ راتنجي يجف بسرعة عند تعرضه للهواء يتحول إلى قطع صغيرة تشبه الدموع لونها شفاف، وتكون عالية الجودة إذا كان لونها أبيض مصفر، وتستمر عملية جمع اللبان من أشجاره نحو ثلاث شهور كل عام.

وصف العقار

يباع اللبان على شكل قطع صغيرة يتراوح طولها ٠,٥ ـ ٣ سم وعادة تكون بيضية أو كمثرية الشكل أو كمضرب الكرة، وأحياناً تكون حليمية stactitic أو متجمعة في كتل صغيرة، ويكون لونها عادةً أصفر باهت وكثيراً ما يكون مخضراً أو مزرقاً أو محمراً، وهي نصف شفافة للضوء ومغطاة بطبقة غبار أبيض معتم، ويكون سطح قطع اللبان معتم وإن أزيل عنها الغبار، وسهلة التكسر ويكون داخلها براقاً متلألأ وشفاف للضوء، وتكون الأجزاء المتكسرة منه شمعية القوام، والعقار له رائحة بلسمية balsamic وعبير ومذاق مر قليلاً، ويصبح كتلة بلاستيكية لينة عند مضغه داخل الفم، ويتكون عند سحقه وخلطه مع الماء مستحلب أبيض اللون ويخرج عند حرقه رائحة طيبة كالبخور.

تركيبه الكيماوي

يحتوي اللبان رئيساً على راتنج بنسبة ٦٠ ـ ٧٠٪ وصمغ ٢٧ ـ ٣٥٪ وزيت طيار ٥ ـ ٧٪ ويحتوي على المركبات الكيماوية الآتية:

١ ـ مركبات ذائبة في الغول بنسبة ٧٢٪ تشمل حمض بوسويلك حر boswellic acid بنسبة ٣٣٪ وآخر مرتبط بنسبة ١,٥٪ ومركب أوليوبانورسين olibanoresene بنسبة ٣٣٪ وزيت طيار ٧٪ ومادة مرة المذاق ٠,٥٪.

٢ ـ مركبات غير ذائبة في الغول بنسبة ٢٨٪: تشمل صمغ (يتركب من حمض العربي arabic acid مع ملحي الكالسيوم والماغنسيوم) بنسبة ٢٠٪ ومركب باسورين bassorin بنسبة ٦٪ وأجزاء نباتية بنسبة ٢٪، والزيت العطري لونه مصفر وله عبير (أريج) وفيه

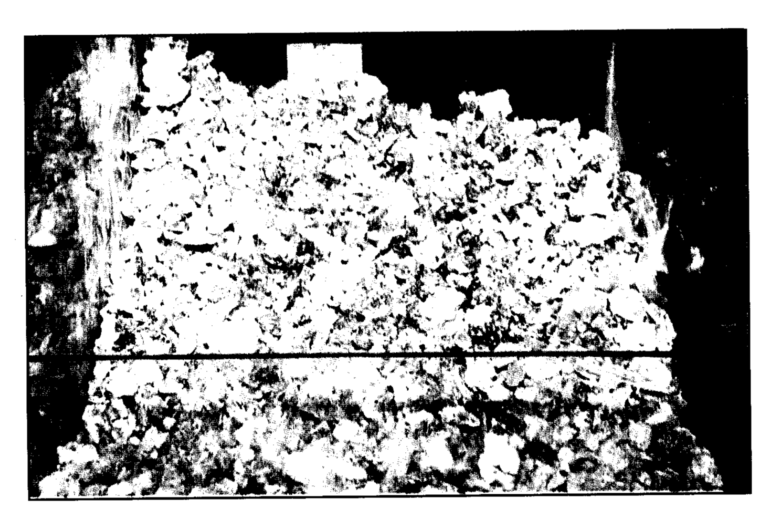
مركبات بنين pinene وثنائي بنتين dipentene وفيلاندرين phellandrene لكن المواد الأروماتية فيه لا زالت غير معروفة بدقة.

في الطب القديم

استخدم قدماء المصريين اللبان مع غيره من المواد في تحنيط جثث موتاهم، واستعمله الإغريق والرومان، ونُقل عن جالينوس قوله: إن قشور شجر اللبان قابضة والدخان الناتج عن حرقه ينفع في مكافحة الأوبئة، وقال ديسقوريدس: إن قشور الكندر أقوى من لبانه ويشرب منقوعه لنفث الدم وسيلان رطوبة الأرحام ويصلح كحلًا لآثار قروح العين، ثم وصفه الأطباء المسلمون لوحده أو مع غيره في علاج بعض الأمراض، وذكر داود الأنطاكي فوائده في كتابه «تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب»: يحبس الدم ويصفي الصوت وينقي البلغم خصوصاً مع المصطكى، وقال عنه صاحب القانون ـ ابن سينا: أجود أصنافه الذكر الأبيض والإكثار منه يحرق الدم وإذا جعل مع العسل على الداحس فيذهب، ويدخل في الضمادات المحللة وينفع الذهن ويقويه وهو يقطع نزف الدم الرعافي، والكندر يدمي قروح العين وينضج الورم المزمن فيها، وقال عنه العشاب العربي الشهير ابن البيطار: أجوده ما يرد من بلاد اليونان، مضغهُ يزيل ثقل اللسان ومن شأنه أنه سريع الاحتراق ويحبس القيء وقشاره يقوي المعدة ويشدها وينفع من الدوسنتاريا ويمنع انتشار القروح الخبيثة في المقعدة إذا اتخذت منه فتائل.

استخداماته

يستعمل اللبان رئيساً في الأحوال التالية:



- في صناعة العطور وفي المعاجين العطرية لتبخير الغرف.
- كمكون في اللصقات الطبية.
- كلبان للمضغ يكسب النفس رائحة طيبة مستحبة.
- يتخذ من أشجار اللبان حطب ينبعث عند حرقه رائحة طيبة.
- يستعمل الرعاة أحياناً أوراق أشجاره علفاً للحيوانات.
- يستخدم اللبان كالبخور تخرج عند حرقه رائحة عطرية.

في الطب الشعبي

تنوعت استخدامات العامة من الناس للبان مثل:

- يشرب مغليه في الماء لتخفيف حدة الإسهال.
- يمضغ في الفم بدعوى تسهيل عملية الهضم.
- يلبخ على القروح الجلدية فينفثها ويساعد على سرعة شفائها.
- عند احتراقه كالبخور تخرج غازات فيها زيت طيار له فعالية قاتلة لبعض الجراثيم فيفيد استعماله كمطهر لجو الغرف.

مراجع البحث

1- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P469. Bailliere Tindall, East bourne, England.

2- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P485,500. Pitman Tindall, East bourne, England.

٣ - ابن البيطار.
الطب العربي (الدرة البهية في منافع الأبدان الإنسانية). ص٢١٨، دار العلم، بيروت، لبنان.

٤ - ابن سينا.
القانون في الطب. شرح وترتيب جبران جبور (١٩٨٦)، ص١٤٥، مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان.

٥ - ابن منظور.
لسان العرب. ج٥، ص١٥٣، دار الفكر، بيروت، لبنان.

٦ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب. ج١، ص٣١٥، مكتبة الثقافة الدينية، القاهرة، ح.م.ع.

٧ - د. جبر ويحيى عبد الرؤوف (١٤١١هـ).
اللبان ـ صفحة من كتاب الحضارة. مجلة القافلة، عدد جمادى الآخرة، ص٤٠.

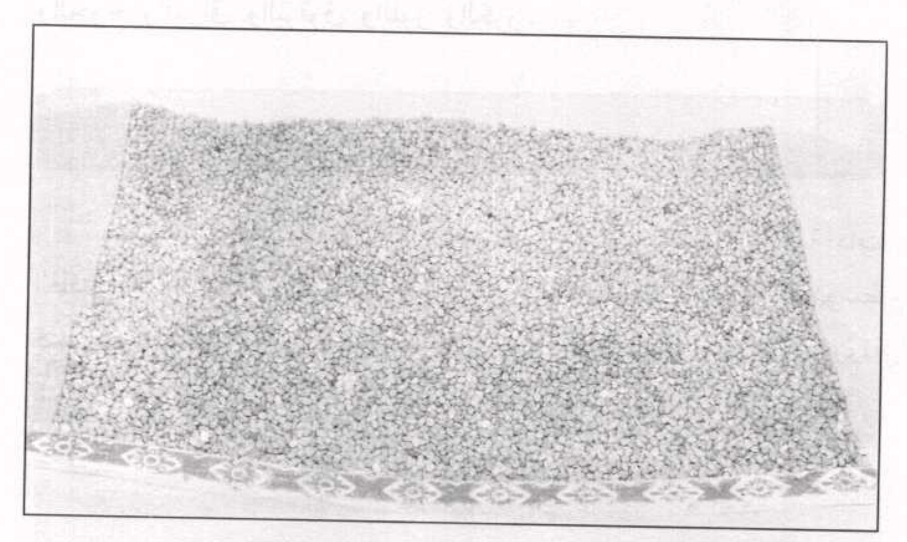
٨ - الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. ص٦٠٦ و١٥٨٦، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

٩ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص١٧٦،
الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *



المحلب



شجرة المحلب تتعرى من خضرتها شتاءً، ولم يذكرها علماء الإغريق واليونان في مؤلفاتهم، وقال أبو حنيفة الدينوري: هي شجرة يابسة بيضاء النُور وثمرها يقع في الطيب، وذكر الأطباء المسلمون الأوائل كابن سينا وداود الأنطاكي وابن البيطار فوائده الطبية، ويستعمل المزارعون أشجار المحلب كأصول لأشجار الكرز لمقاومة جذوره الأمراض التي تصيبه، ويباع لب بذور المحلب لدى العطارين لاستعماله على شكل مسحوق ذو رائحة مستحبة ومذاق مر قليلاً في تحضير بعض الأغذية مثل الجبن الحلوم (المجدول) في سورية والمخبوزات والفطائر.

تصنيفه النباتي

يُعرف المَحلَبُ بالإنجليزية Perfumed cherry أي الكرز العطري، واسمه العلمي Prunus mahleb وله أصناف عديدة تختلف في حجم ثمارها ولونها، وهو من الفصيلة الوردية Rosaceae، ويتبع جنسه النباتي Prunus أنواع أشجار الفواكه ذات النواة الحجرية كالمشمش والخوخ والدراق والبرقوق واللوز والكرز.

مناطق زراعته

الموطن الأصلي لأشجار المحلب هو المناطق الجبلية ذات الطقس البارد شتاءً والمعتدل صيفاً في منطقة البحر الأبيض المتوسط كسورية وتركيا، وتنتشر زراعته في جبل الأربعين ولواء إسكندرونة السليب في سورية وكذلك تركيا وإسبانيا ووسط آسيا مثل أذربيجان.

وصفه النباتي

أتقن داود الأنطاكي في وصفه شجرة المحلب في كتابه «تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب»: (يعظم شجره حتى يقارب البطم له سبط مستطيل الورق طيب الرائحة مر الطعم ينشر حبه على أغصانه في حجم الجلبان أحمر يتقشر عن أبيض دهني)، وتكون أوراقه شبيهة بورق المشمش وأصغر منه بقليل وينتشر شجره عرضاً ويحمل حباً منتشراً على أغصانه ويتعرى من أوراقه في الشتاء وثماره مدورة عليها قشر لونها أحمر إلى سواد داخلها نواة حجرية فيها لب أبيض عطري، وللنبات صمغ مثل صمغ القراصيا لونه أحمر عطري الرائحة.

الأجزاء المستعملة من النبات

تستخدم في التغذية والطب لب بذور ثماره بعد فصل القشور الصلبة عنها ثم طحنها.

مكوناته الفعالة

يحتوي لب بذور ثمار المحلب على زيت ثابت وزيت عطري هو المسؤول عن رائحته المميزة، وكذلك نشا وتانين وجليكوسيد وأميجدالين Amygdaline ذا المذاق المر والموجود أيضاً في لب بذور ثمار الجنس النباتي Prunus كالمشمش واللوز.

في الطب الإسلامي

ذكر الأطباء المسلمون الأوائل العديد من الفوائد الطبية للب بذور ثمار المحلب عند استعماله لوحده أو مع غيره وأحياناً أوراق أشجاره، قال داود الأنطاكي في تذكرته عنه: مفرح مقوٍ للحواس مطلقاً، يمنع الخفقان والبهر وضيق النفس ونفث البلغم والرطوبات اللزجة، وينقي المعدة، ويحلل الرياح الغليظة وأوجاع الكبد والكلى والطحال والحصى وعسر البول، ويطبخ مع السذاب والقسط والمصطكى في الزيت باستقصاء فينفع ذلك الدهن من الفالج والكزازة والقوة والرعشة والمفاصل والنقرس والأورام شرباً وطلاءً مجرب، وورد في كتاب «حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار» لأبي القاسم بن محمد إبراهيم الغساني عنه: مفتت للحصاة الكائنة في الكلى والمثانة، جلاء ملطف، مسكن للأوجاع، نافع من الأوجاع التي في الخاصرة والظهر، نافع من القولنج، مدر للبول، منق للرطوبات،

نافع للأعضاء التي قد غلظت وطال بها المرض أو سقطة، وجاء في كتاب «الجامع لمفردات الأدوية والأغذية» لابن البيطار قول ابن ماسويه عنه: حار لين نافع لوجع الخاصرة إذا شرب نفع من الغشي وهو أحد الأدوية النافعة لتنقية الفضول المخرجة للدود وحب القرع والنافعة للنقرس، وقال صاحب القانون - ابن سينا عنه: أجوده الأبيض اللؤلؤي الصافي، جلاء لطيف محلل للأوجاع، جيد لأوجاع الخاصرة والظهر، نافع للغشي مشروباً بماء العسل، نافع من القولنج والحصاة في الكلية والمثانة، نافع للظهر مشروباً بماء العسل.

فوائده الطبية

شاع في الطب الشعبي استعمال المحلب في علاج بعض الأمراض مثل:

- طرد ديدان البطن وضيق التنفس ونفث البلغم.
- ويؤكل مسحوقه مع السكر واللوز لزيادة أوزان نحاف البنية، ولإدرار البول.

مراجع البحث

1- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1540.
The pharmaceutical press, London. England.

2- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P188,346. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٣ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٤٢٥، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٤ ـ ابن سينا.
القانون في الطب. ج١، ص**٣٦٩**، دار صادر، بيروت، لبنان.

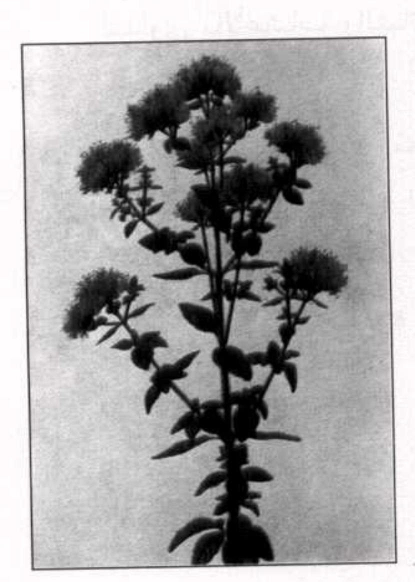
٥ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب. الجزء لأول، ص**٣٣٣**، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٦ ـ شمس الدين، أحمد (**١٩٩٠**).
التداوي بالأعشاب والنباتات. ص**٣٣٤**، دار القلم، بيروت، لبنان.

٧ ـ الغساني، أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم.
حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار. ص**١٧٥**، دار الغرب الإسلامي، بيروت، لبنان.

* * *

المردقوش



عشب عطري من نفس الفصيلة النباتية للريحان والنعناع وأشباهما، وله مذاق لاذع يطغى على غيره لذا يضيف بعض الناس مقادير صغيرة منه إلى بعض أطباق طعامهم، وعُثِرَ عليه في أحد مقابر قدماء المصريين في هوارة، واستعمله الأطباء القدماء في علاج بعض الأمراض، ويباع لدى العطارين لاستخدامه في الطب الشعبي، وهو من الأعشاب الطبية والمطبخية وله أصناف برية وأخرى بستانية، ومنابته هي الأماكن الرطبة، ويغرس داخل أصص توضع على شرفات المنازل، كما تزرعه بعض الدول في حدائقها، وتضاف أوراقه كتابل عطري يطيب رائحة بعض أطباق الطعام، أو يستخلص منها زيت عطري.

أسماء النبات

يقول القاموس المحيط: المرزجُوش بالفتح: المردقُوشُ معرب

مرزَنكوشُ وهي فارسية الأصل وتعني أذن الفأر نسبة إلى شكل أوراقِ النباتِ، ويعرف بالعربية بالسَمقُ ويسميه العطارون في مصر «بردقوش» و«ريحان داود» في ليبيا و «مرو» في بلاد الشام وله أسماءٌ أخرى مثل العَنقُر وريحَانَ الكافورِ وحبقُ الفتَى والزعترَ البري وحَبقُ القثاءِ وحَبقُ المُرد وريحانة الأمردِ وبالإنجليزية Marjora أو Origanum وهو اسم الجنس العلمي للنبات، واسمه العلمي Marjorana hortensis وسابقاً: Origanum vulgare L. وهو من الفصيلة الشفوية Labiatae وله أنواع عديدة مثل المردقوش الحلو والمردقوش الحولي.

مناطق انتشار زراعته

الموطن الأصلي للمردقوش هو جنوب أوروبا وتنتشر نباتاته البرية في دول حوض البحر الأبيض المتوسط، ومن مصر شرقاً إلى المغرب غرباً، كما يزرع في البساتين وداخل الأصص في البيوت.

وصفه النباتي

نبات حولي ساقه مربعة الشكل كثيرة التفرع يصل ارتفاعه نحو نصف متر، وأوراقه شبه مستديرة بسيطة عليها زغب لونها أخضر داكن ومتقابلة في ترتيبها على الساق، وأزهاره صغيرة بيضاء أو حمراء اللون تتجمع على شكل نورات في نهايات الفروع وهذا النبات شديد التأثر بالطقس شديد البرودة.

الأجزاء المستعملة منه

يستعمل طبياً أوراق هذا العشب وأزهاره وسوقه الرفيعة وتباع

لدى العطارين عادة في صورتها الجافة، ويقطع النبات عند بلوغ نسبة الأزهار فيه نحو ٥٠٪ ثم يجفف في مكان ظليل جيد التهوية ويطحن على شكل مسحوق قبل حفظه داخل عبوات محكمة القفل.

مكوناته الفعالة

تحتوي أوراق العشب وأزهاره وسوقه الرفيعة على زيت عطري يستخلص بواسطة التقطير البخاري وتختلف نسبته فيها حسب أصنافه، ويمتاز المردقوش المصري بارتفاع محتواه منه وتكون نقاوته أفضل من الفرنسي.

في الطب القديم

استعمل الأطباء القدماء المردقوش في علاج بعض الأمراض، وذكر عالم اللغة الشهير الفيروزأبادي في القاموس المحيط بعض فوائده العلاجية: نافع لعسر البول والمغص ولسعة العقرب والأوجاع العارضة من البرد والماليخوليا والنفخ واللقوة (وهي داء في الوجه يعوج به الشدق) وسيلان اللعاب من الفم، مدر جداً مجفف رطوبات المعدة والأمعاء، ومما جاء في كتاب المعتمد في الأدوية المفردة للملك المظفر يوسف بن عمر الغساني التركماني في ذكر الفوائد الطبية للمزرنجوش لوحده أو مع غيره: طيب الرائحة جداً، مسخن، وقوة هذا النبات قوة لطيفة تسخن وتجفف في الدرجة الثالثة، وطبيخه إذا شرب وافق الاستسقاء وعسر البول والمغص وإذا احتمل أدر الطمث، وقد يتضمد بالخل للسعة العقرب، وقد يقع في أخلاط الأدهان المُذهبة للإعياء، وفي المراهم الملينة وهو نافع من الأوجاع العارضة من البرد والرطوبة والصداع المتولد منهما والشقيقة الحادثة من المرة

السوداء والبلغم، والمرزنجوش محمود الفعل في علة اللقوة، وهو أكثر فعلًا فيها من نبات النمام ويفتح السدد الكائن في الرأس والمنخرين شماً ونطولًا، وهو ملائم للزكمة، وقال أبو القاسم بن محمد الغساني في كتابه «حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار» فوائد طبية عديدة للمرزنجوش: نافع من الأوجاع العارضة من البرودة والرطوبة والصداع العارض منهما ومن وجع البواسير إذا طلي عليها، وإذا تضمد به المغرة لحرق النار بردها وأدملها، وإذا شرب طبيخه نفع من داء الاستسقاء وعسر البول والمغص، وإذا تضمد بورقه مع العسل للسعة العقرب نفعتها وبردتها.

فوائده الطبية

شاع في الطب الشعبي استعمال مغلي المردقوش في الماء في طرد رياح البطن وإزالة المغص الناشئ عنها، ومهدئ ومقوٍ للمعدة وفي تنظيم الدورة الشهرية للمرأة التي تعاني اضطرابات فيها.

ويستعمل البعض زيته كدهان للجلد في علاج آلام المفاصل والروماتزم، ويفيد استنشاق الأبخرة المتصاعدة من غلي أوراق النبات في الماء في علاج السعال والربو القصبي وضيق التنفس.

استخداماته العامة

يستخدم بعض الناس العشب الجاف كتابل لبعض أطباق الطعام لتحسين طعمها ورائحتها كالحساء والصلصات والزبد، ويستخدم زيته العطري في صناعة العطور والصابون، أما أوراقه الجافة فتستعمل في عمل منقوع لها في الماء الساخن كمشروب بديل للشاي.

مراجع البحث

1- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P217, 220. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٢ - ابن البيطار.
الطب العربي (الدرة البهية في منافع الأبدان الإنسانية).
ص٢٢١، دار العلم، بيروت، لبنان.

٣ - الحسيني، محمد، والمهدي، تهاني (١٩٩٠).
النباتات الطبية زراعتها ومكوناتها واستخداماتها العلاجية.
ص١٣٥. مكتبة ابن سينا للنشر والتوزيع، القاهرة، ج.م.ع.

٤ - رويحة، د. أمين (١٩٨٣).
التداوي بالأعشاب. ص٣٦٢، دار القلم، بيروت، لبنان.

٥ - شمس الدين، أحمد (١٩٩٠).
التداوي بالأعشاب والنباتات.، ص٧٤، دار القلم، بيروت، لبنان.

٦ - الغساني، أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم.
حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار. ص١٦٩، دار الغرب الإسلامية، بيروت، لبنان.

٧ - الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص٧٤، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

٨ - المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٢٨١، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.





شجرة أو شجيرة دائمة الخضرة، شاع صيت إفرازاتها الراتنجية الزيتية التي تخرج من لحاء ساقها وفروعها الكبيرة بعد عمل جروح فيهما، وجاء ذكرها في المراجع القديمة بأنها «العلك الرومي»، وذكر قدماء الإغريق والرومان استخداماتها الطبية، وشاع قديماً استعمال أوراق شجرة المصطكى وقشور فروعها وأصولها في عمل مستحضرات دوائية ذات تأثيرات قابضة للأنسجة، كما عرف الأطباء المسلمون الأوائل المصطكى وذكروا فوائدها العلاجية في مؤلفاتهم الشهيرة، وتسمى المسكة في سورية ويضيفها أحياناً أهلها - خاصة في مدينة حلب - إلى البن بعد تحميصه وقبل طحنه وكذلك إلى الجبن المجدول (الحلوم) بعد تصنيعه لتحسين رائحتهما ونكهتهما.

أسماؤها

المصطكى ويقول القاموس المحيط: المصطكا بالفتح والضم ويمد في الفتح فقط: علكٌ رومي، ودواء ممصطكٌ: خُلطَ به، وفي المعجم الوسيط: المصطكا والمصطكاءُ: شجرٌ من فصيلةُ البطمياتِ ينبت برياً في سواحل الشام وبعض الجبال، ويستخرج منه علك معروف، ويعرف النبات بالإنجليزية Mastic tree وتسمى إفرازاتها الراتنجية Mastic، والاسم العلمي للنبات Pistacia lentiscus: var. chia وهو من الفصيلة البطمية (أناكاردية) Anacardiaceae ويتبعها أيضاً شجرتان هما الفستق الحلبي والبطم.

مناطق زراعتها

الموطن الأصلي لشجرة المصطكى هو الجزر اليونانية مثل شيوس Chios ورودس وكذلك قبرص، كما تنمو أشجارها في المناطق الجبلية التي ترتفع حتى ٣٠٠م فوق سطح البحر على شواطئ البحر الأبيض المتوسط مثل المغرب وتونس ولبنان وسوريا وفلسطين.

وصفها النبات

نبات يزيد ارتفاعه قليلًا عن المتر، الأوراق ريشية مركبة والوريقات بيضية الشكل ونهايتها مستديرة، ويكون معلاق الورقة مجنح، وأزهاره منفصلة، والنورة الذكرية على شكل سنبلة طولها ١ ـ ٣ سم، وتشبه النورة الأنثوية السنبلة وتخرج من إبط الأوراق خلال فترة الأزهار، وثماره كروية مضغوطة قليلًا حمراء اللون تصبح سوداء بعد نضجها، وتُحرم القوانين في مناطق زراعتها تقليم الأشجار خلال

الفترة بين ١٥ يوليو (تموز) و ١٥ أكتوبر (تشرين الأول)، ويكون أسفل شجرة المصطكى خالياً من الفروع ومسطح.

الأجزاء المستعملة من النبات

تستخدم الإفرازات الراتنجية الزيتية oleoresins البلسمية التي تخرج من لحاء ساق شجرة المصطكى وفروعها.

جمع محصول الراتنج

يعمل في لحاء ساق شجرة المصطكى وفروعها الكبيرة جروح عددها نحو ٢٠٠ ـ ٣٠٠ جرح بطول حوالي ٢ سم وعمق ٣ ملم بواسطة أداة حادة على فترات زمنية بينها تصل إلى ٥ أسابيع، فتخرج عصارتها الراتنجية منها وتتجمد بسرعة على شكل قطع صفراء شفافة، ثم يُزال صمغ المصطكى المتصلب على النبات، وتجمع أيضاً القطرات التي سقطت منها على الأرض، ثم تدرج وتغسل قبل تجفيفها ثم تعبأ داخل علب خشبية قبل تصديرها، وتنتج الجزر اليونانية سنوياً حوالي ٢٥٠ طن من المصطكى.

صفاتها وتركيبها الكيماوي

تباع المصطكى على شكل قطع كمثرية أو دائرية ذات لون أصفر مخضر شفاف نصف قطرها نحو ٣ ملم، ولها شكل خاص يميزها عن صمغ الساندروس Sandarac ، وهي سهلة الكسر بلاستيكية القوام عند مضغها بالأسنان ولها رائحة بلسمية خفيفة تربنتينية خفيف terbinthinate ، والمصطكى عبارة عن راتنج حامضي يحتوي على

حموض ثلاثي تربينات triterpenoid acids مثل ومركب ألفا وبيتا masticadienonic acid ذائب في الغول وتربينات غولية triterpene alcohols، وزيت طيار بنسبة ٢٪ رئيساً د - بينين d- pinene وحمض مستيكوليك masticolic acid وحموض راتنجية ويكون الرقم الحامضي acid value لها (٥٠ - ٧٠)، ولذا يمكن تميزه عن المصطكى الهندية التي رقم حموضتها يزيد عن ١٠٠.

في الطب القديم

استعمل الأطباء القدماء الأجزاء المختلفة لشجرة المصطكى أوراقها وقشرتها وأصلها والصمغ الذي يخرج منها في علاج العديد من أمراضهم، قال جالينوس عن صمغها: أما الأبيض منه وهو المسمى علك الروم ويتركب من قوى متضادة أي من قوة تقبض وتسخن وأخرى تلين فهو بهذا السبب نافع لأورام المعدة والمقعدة والأمعاء والكبد ويسخن ويجفف، أما النوع الأسود المعروف بالنبطي فيجفف أشد من تجفيف المصطكا الأبيض وقوة القبض فيه أقل منها في ذلك لذا هو أنفع لمن يحتاج إلى تجفيف قوي وللأورام الصلبة جداً، ودهنه أقل قبضاً ولا يكاد يتخذ من الأسود دهن، قال ديسقوريدس عن صمغها: ينفع من نفث الدم والسعال المزمن شرباً وهو جيد للمعدة محرك للجشاء، وقد يستعمل في أخلاط السنونات الجالية للأسنان وإذا مضغ طيب النكهة وشد اللثة. وقال داود الأنطاكي في تذكرته عن المصطكا: تُذهب الصداع والنزلات وتسهل البلغم مع الفاريقون وما تشبث بالصفراء مع الصبر، وتوقف النوازل وتنقي القصبة وتقطع النفث والنزف، وتذهب قراقر المعدة وسوء الهضم والرياح الغليظة وضعف الكبد والطحال وألم الكسر والخلع والوثي والقروح مطلقاً.

فوائدها الطبية

- استخدمت قديماً كمنشط عام stimulant للجسم.

- تستعمل في عمل مستحضرات الدهان mastic paint وكلصوق مجهري ومع أسيتايل الغول acetyl alcohol كمادة لتغطية مضغوطات الأدوية وفي تحضير ورنيش جراحي.

- يستعمل أطباء الأسنان محاليل المصطكى في الغول أو الكلوروفورم أو الأثير المضاف إلى الصوف القطني في عمل الحشو المؤقت لفجوات نخر الأسنان.

- استخدمت سابقاً مركبات compound mastic paint كغطاء وقائي للجروح وفي مسك الضمادات في موضعها.

- يستعملها البعض بالمملكة العربية السعودية في تبخير الأواني لإكسابها رائحتها المستحبة قبل ملئها بالماء.

بدائلها

تستعمل أحياناً مصطكى بومباي التي تستخرج من شجرة اسمها العلمي: P.khinjuk stokes وأنواع نباتية أخرى، ويكون لونها أدكن وأقل ذائبية في زيت التربنتين، ورقم حموضتها acid value (١٠٣ - ١٠٩) وهو أعلى كثيراً من المصطكى - العلك الرومي، وتجمع المصطكى الهندية Indian mastich من النوع النباتي P.cabulica . أما المصطكى المعروف بـ Pisyachio mastich فتستخرج من النوع النباتي P. terbinthus .

صمغ الساندروس

صمغ الساندروس عبارة عن راتنج يشبه المصطكى، ويستخرج من جذع شجرة اسمها العلمي: Tetraclinis articulata من الفصيلة السروية Cuperssaceae ويصل ارتفاعها ٦ ـ ١٢م، وتنتشر زراعتها في شمال أفريقيا وإسبانيا.

مراجع البحث

1- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1586.
The pharmaceutical press, London. England.

2- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P471. Bailliere Tindall, East bourne, England.

3- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P493. Pitman Tindall, East bourne, England.

٤ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٤٤٨، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٥ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٣٤٢، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

٦ ـ شهاب، د. هيام، والنوري، د. أحمد سمير. (١٩٩٢).
علم العقاقير. ج٢، ص١٧٠، منشورات جامعة دمشق، سورية.

٧ ـ العودات، د. أحمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧)،
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٣٠١. دار الأهالي، دمشق، سورية.

٨ ـ الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص١٢٣١، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

٩ ـ مجمع اللغة العربية.
المعجم الوسيط. ج٢، ص٨٨٠، دار إحياء التراث الإسلامي، بيروت، لبنان.

١٠ ـ المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص١٨٩، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *

النعناع الفلفلي



نبات عطري عرفه الصينيون القدماء، واستخدمه الإغريق والرومان في تعطير حماماتهم ومنشط عام لأجسامهم وأضافوه إلى خمورهم لإكسابها نكهته ورائحته المستحبين، وأدخل الرومان زراعته في إنجلترا، وزرعه الرهبان في حدائقهم خلال القرن التاسع الميلادي، وشاع استخدامه في إنعاش رائحة الغرف والمفروشات، وأوصى العشاب الشهير كالبيبر Culpeper باستعماله كمسكن للصداع ومقوٍ للذاكرة، وذكر الأطباء العرب الأوائل الكثير من فوائده العلاجية في مؤلفاتهم، وذكر بعض الشعراء تصريفات لفظ النَّعنَاعُ في قصائدهم كقول ابن الأعرابي:

لا مـالَ إلا إبـلٌ جـمـاعـة   مـشَـربُـهـا الـجـيـأةُ أو نـعـاعَـة

والتَنعنعُ: التباعدُ، ومنه قول ذي الرمة:

علـيّ مِـثـلـهـا يَـدنـو ويـبـعـد الـ   قريبَ ويُطوي النَازحُ المُتنعَنِعِ

والنُعنع والنَعنَعُ والنَعناعَ: بقلَةَ طيبةُ الرائحة.

وجاء ذكر النعناع في الأقرباذين الأيسلندية واستعمل في القرن الرابع عشر الميلادي لتبييض الأسنان ولا يزال يستخدم كأحد مكونات بعض مساحيق الأسنان لرائحته الذكية، وفي منتصف القرن الثامن عشر شاعت استعمالاته الطبية في أوروبا الغربية، وكان النعناع وما يزال من أكثر النباتات شعبية واستعمالاً في بعض المجتمعات البشرية، وينتشر استخدامه كأحد الخضروات في تزيين بعض أطباق الطعام، كما قد يضاف أحياناً إلى مشروب الشاي لإكسابه رائحته ونكهته المستحبين، ويكون هذا النبات أغنى نكهة وأشد حرافة من أصناف النوع الآخر للنعناع أي القرنفلي، والنعناع الفلفلي له نوعان حسب زراعته هما: البري والبستاني ويتبعهما أصناف عديدة.

أسماء النبات وأنواعه

يقول لسان العرب نقلًا عن أبي حنيفة الدينوري: النُعنَعَ هكذا ذكره بعض الرواة بالضم: بقلة طيبة الرائحة والطعم فيها حرارة على اللسان قال: والعامة تقول: نَعنع بالفتح، وفي الصحاح: ونعنعَ مقصور منه ولم ينسبه إلى العامةِ، وقال ابن السكيت النعاعة: هي بقلة ناعمة، وقال ابن بري النَعنَاعُ: البَقلَ والنَعاعةُ: موضع، ويقول القاموس المحيط: النَعنَاعُ والنَعنَعُ: كجعفر وهدهد وهمهم للجوهري: بقل - وهو الذي قال أن النعنع مقصور عن النعناع والنعاعة بالضم: النباتُ الغضُ الناعِمَ جمع نِعاعٌ، والتَنعنعُ: رنةٌ في اللسانِ (الرنة: العجمة) أو هو إذا أراد قول: لعَ ذهبَ لسانُه إلى نَع، النعناع أو النعنع الفلفلي Peppermint وتختلف أحياناً أسماء أصنافه من بلد إلى آخر وله عدة أنواع أهمها:

الأول: النعناع الفلفلي ويضم عدة أنواع نباتية أهمها:

النعناع الفلفلي الأسود Mentha piperita وهو يشابه النوع M. arvensis var. pipercens وهو النوع المفضل لاستخلاص الزيت العطري

من أوراقه وقمم أزهاره وله أصناف عديدة يعرف منها أهل المملكة العربية السعودية النعناع المغربي ونعناع الدوش، ويفضل الكثير منهم الدوش في عمل مشروب شاي بالنعناع.

- النعناع الفلفلي الأبيض Mentha piperita var. officinalis .
- نعناع M.halocalyx .

وجميعها من الفصيلة الشفوية Labiatae.



مناطق انتشار زراعته

تنتشر نباتاته البرية في المناطق الرطبة والتربة الغنية ذات الطقس الدافئ والمستنقعات والسبخ وعلى جوانب جداول المياه العذبة خاصة في منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط كبلاد الشام وشبه الجزيرة العربية وشمال أفريقيا وجنوب أوروبا وبريطانيا، وتزرع مساحات كبيرة من هذا النبات في بريطانيا وفرنسا وألمانيا والولايات المتحدة لاستخلاص الزيت من أوراقه.

وصفه النباتي

عشب معمر أو حولي قائم له رائحة عطرية يصل ارتفاع بعض أصنافه إلى ٤٠ سم أو أكثر، ساقه مربعة الشكل وله جذور أفقية تنتشر داخل التربة بسرعة خلال فصل الربيع وتخرج منها فروعه الهوائية، وأوراقه خضراء متقابلة في ترتيبها على فروع النبات ومعلاقها قصير وشكلها بيضي متطاول وقاعدتها قلبية وحوافها منشارية ويختلف حجمها ولونها حسب أصناف النبات وطولها ٣ ـ ٦ سم وعرضها ١,٥ ـ ٢ سم، وأزهاره صغيرة جالسة أو شبه جالسة لونها بنفسجي - قرمزي تتجمع على شكل نورات عنقودية توجد في نهاية ساق النبات، وثماره منشقة إلى أربع ثميرات بندقية nutlet وتقطع الفروع الخضرية للنبات وتترك جذوره داخل التربة لتعاود نشاطها في إنتاج فروع جديدة، ويفيد فحص الأوراق في تحديد أنواع النعناع وأصنافه، فتكون أوراق النوع الفلفلي قلبية الشكل أو بيضية الشكل وحوافها مسننة بشكل غير متساوٍ، أما النوع القرنفلي فتكون أوراقه غالباً ليس لها عنق ولونها أخضر لامع خالٍ من اللون القرمزي.

الأجزاء المستعملة منه

تستخدم الأوراق والقمم الزهرية للنعناع لاستخلاص الزيت العطري، كما تضاف أوراق النبات في صورتها الطازجة أو على شكل مسحوق إلى بعض أطباق الطعام وسلطة الخضروات والتبولة في بلاد الشام وغيرها.

مكوناته الفعالة

تحتوي أوراق النبات على زيت عطري تتراوح نسبته بين ٠,٧ -

١,٥٪ وتانين بنسبة ٦ ـ ١٢٪ وكاروتينات مولدة لفيتامين أ وكذلك فيتامين ج وألياف غذائية، وأوراقه ذات مذاق خاص ورائحة عطرية مميزين وتختلف شدة رائحتها حسب أصنافه، كما يتأثر تركيب أوراق النعناع بالعوامل الوراثية والأصناف واختلاف المواسم، ولا تحتوي أوراقه على المركب أوكسالات الكالسيوم وتشترط الأقربازين في الولايات المتحدة على احتواء الأوراق الجافة والقمم الزهرية للنعناع الفلفلي M.piperita على نسبة لا تقل عن ١,٢٪ من الزيت العطري.

زيت النعناع

يحضر زيت النعناع المعروف تجارياً بروح النعناع بواسطة التقطير البخاري للأوراق والقمم الزهرية لبعض أنواع الجنس النباتي (Mentha sp.) وتشمل: M. piperita و M.arvensis var. pipercens ويسمى الزيت المستخلص من نعناع بوليو M.halocalyx Oleum Menthae وهو لا لون له أو أصفر مخضر له رائحة مميزة للنعناع الفلفلي ومذاق أروماتي يعطي الشعور بالبرودة ويحتوي على مركب المينثول Menthol ومينثون Menthone (في النوع M. piperita) وميثوفيوران Methofuran (في النوع M. aquatica) وهذا الزيت له فعالية مطهرة ومهيجة للجلد إذا لامسه ويسبب تفاعلات حساسية وحرقة في المعدة Heart burn عند دخوله فيها، ولاحظ الأطباء حدوث رجفان في القلب عند الإدمان على استعماله تختفي عند التوقف عن تناوله، ويحتوي الزيت على مركب ليمونين limonine وكارفون وفيلاندرين phellanderene واسترات، وتختلف نسبة الزيت في النعناع حسب أصنافه وعمره ووقت جمعه، وعموماً تتشابه خواص الزيت المستخلص من النعناع الفلفلي مع النوع القرنفلي لكن تكون نكهة الأول أشد حدة من النوع الثاني.

بدائل زيت النعناع

يحتوي زيت النعناع الأمريكي على نسبة من المينثول تصل إلى ٨٠٪، ويستخلص الزيت من النعناع الفلفلي الياباني.M.arvensis var. pipercens وفيه نسبة تصل إلى ٨٥٪ من المينثول، كما أن المينثين Menthene وهو زيت النعناع الفلفلي يغش أحياناً بالمينثين بعد إزالة الميثانول من هذا الزيت.

في الطب القديم

لا توجد أدلة عن نوع النعناع الذي عرفه القدماء ما إذا كان من النوع الفلفلي أو القرنفلي، ويحتمل استعمالهم طبياً أنواعه المختلفة، ويتفوق النعناع الفلفلي في فوائده الطبية على النوع القرنفلي، واستخدم الصينيون القدماء النعناع في علاج بعض أمراض المعدة والأمعاء وفي الصداع، وقال عنه عالم الطبيعة والفيلسوف الإغريقي ديسقوريدس: له قوة قابضة مسخنة مجففة فإذا شربت عصارته مع الخل نفعت نفث الدم ويقتل الدود الطوال، وإذا شرب طاقتان أو ثلاث بماء الرمان الحامض سكن الفواق والغثي والهيضة، وإذا تضمد به مع السويق حلل الأورام، وإذا وضع على الجبهة سكن الصداع وكذا الثديين الوارمين من تعقد اللبن فيهما فيسكن ورمها، وقال الطبيب جالينوس عنه: اليونانيون يسمون هذا النبات مثنى لأنه طيب الرائحة وههنا نبات يسمونه مثنى لأنه غير طيب الرائحة وهو الذي يسمونه فالامني وهو فودنج نهري وهما نباتان كلاهما حار المذاق وقوتهما حارة في الدرجة الثالثة من درجات الأشياء المسخنة إلا أن النعنع أضعف من الفوذنج البري وأقل إسخاناً منه وبالجملة فإن النعنع أضعف من الفوذنج البري وأقل إسخاناً منه.

وذكر الأطباء المسلمون الأوائل العديد من الفوائد الطبيعية للنعناع في مؤلفاتهم كقول صاحب القانون ابن سينا: فيه رطوبة فضلية وقوة مسخنة قابضة تمنع وهو من ألطف البقول المأكولة جوهراً وإذا ترك طاقات منه في اللبن لم يتجبن إذا شربت عصارته بالخل قطعت سيلان الدم من البطن ويضمد به الجبهة للصداع خصوصاً مع سويق الشعير، ويقوي المعدة ويسخنها ويسكن الفواق ويهضم ويمنع القيء البلغمي والدموي وينفع من اليرقان خصوصاً شرابه. وذكر القاموس المحيط بعض فوائده: أنجح دواء للبواسير ضماداً بورقه، وضماده بملح لعضة الكلب وللسعة العقرب، وقال العشاب العربي الشهير ابن البيطار عنه: فيه قوة مسخنة ويضمد به الجبهة من الصداع ويقوي المعدة ويسخنها ويعين على الباه.

مسكن للمغص ومهدىء

ينتشر استعمال مغلي أوراق النعناع الطازجة أو الجافة في تخفيف آلام المغص بأنواعه عن طريق تقليل حدوث التقلصات في جدران الأمعاء أو في القنوات المرارية أو في الجهاز البولي أو أسفل البطن أثناء الحيض، ويفيد شرب المستخلص المائي للنعناع في تقليل حدة المغص المعوي في الأطفال والبالغين نتيجة الفعالية العلاجية لزيت النعناع، واكتشف حديثاً خاصية زيت النعناع الفلفلي المعروف تجارياً بـ كولبرمين colprmin المضادة لنشاط الكولين anticholinergic ويشابه في عمله فعل مركب الأتروبين في تقليل حدوث التقلصات antispasm وكمهدئ، وفي ألمانيا لا زال البعض يستخدم الزيوت الطيارة من النباتات كالمستخرج من أوراق النعناع M.piperita في علاج المغص والتقلصات المعوية.

قاطع لرياح البطن

النعناع هو أحد النباتات ذات الفعالية الطاردة لرياح البطن carminative وهي خاصية علاجية مميزة لزيته العطري الذي يسبب الارتخاء في المعصرة المريئية القلبية فيسمح بخروج الغازات المتجمعة داخل المعدة وفي قطع تكوين الغازات داخل القولون وتجمعها فيه.

يخفف حدة الإسهال

تحتوي أوراق النعناع على نسبة تتراوح بين ٦ - ١٢٪ من التانين ذو التأثير القابض للأنسجة الذي يفيد في تقليل حركة العضلات الملساء الموجودة في جدران الأمعاء، كما أن المينثول ذو التأثير المطهر الموجود منه له فعالية أقوى من مركب الفينول، لذا يفيد شرب منقوع أوراق النعناع الطازجة أو الجافة في الماء الساخن في تخفيف حدة الإسهال والنزلات المعوية.

شاي النعناع

مشروب شاي النعناع: منعش ومريح للمعدة، ويستعمله البعض في الوقاية من أمراض البرد في مراحلها الأولى ويحضر بوضع ملء ملعقة صغيرة من مسحوق الأوراق في كأس ثم يضاف إليه الماء على درجة غليان ويترك ٥ دقائق ثم يصفى قبل شربه، ويكثر شرب شاي النعناع الساخن خلال فصل الشتاء في بعض الدول.

الفوائد الطبية للمينثول

يستعمل مركب المينثول menthol وهو المكون الرئيس لزيت النعناع من النوع الفلفلي بشكل خاص في تحضير العديد من العقاقير على شكل مضغوطات فيها هذا الزيت، ويفيد استعماله في علاج أمراض التهاب القصبات الهوائية والتهاب الجيوب الأنفية أو يستخدم مع الكافور في صورة مرهم يدهن على الصدر أو الجلد فيسبب الإحساس بالبرودة بهدف توسيع الأوعية الدموية في طبقة الجلد تؤدي إلى قلة الشعور بالألم، وهذا يفيد مرضى السكر الذين يعانون اعتلالاً عصبياً Neuropathy في أرجلهم، ويمكن استعماله كمرهم أو غسول lotion في تخفيف الشكوى من الحكة pruritis والشرى urticaria ، كما يفيد الحصول على مركب المينثول عن طريق الفم في قطع رياح البطن carminative كما يسبب ارتخاءً عضلياً في جدار الأمعاء الغليظة، ويفيد ذلك في علاج تناذر القولون المتهيج (القولون العصبي) irritable colon syndrome ، ويستخدم أيضاً المينثول في تحضير بعض الأدوية التقليدية المفيدة في تخفيف حدة السعال والبرد خلال فصل الشتاء وغير ذلك.



مستحضراته الصيدلانية

هناك العديد من المستحضرات الدوائية لزيت النعناع الفلفلي مثل:

- ماء النعناع المركز.
- روح النعناع (عطر النعناع).
- ماء النعناع وهو محلول لزيت النعناع في الماء.

وهناك بعض العقاقير المحضرة من الزيت النعناع مثل: Mintec و Colperium تباع في الصيدليات على شكل مضغوطات تحتوي على ٠,٢ ملليتر من الزيت.

مراجع البحث

1- Balbaa, S.I, et al (1981).
Medicinal plant constituents. p71,107,134.
General organization for univ. and school books, cairo Egypt.

2- Colin, I. (1980).
Herbs and spices for health and beaaty. p103.
Arlington book, King st. St. James, s. London, England.

3- Laurence, D. R. and Bennett, P.N. (1989).
Clinical pharmacology. P626,637. Churchill Livingstone, London, England.

4- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1626,637.
The pharmaceutical press, London. England.

5- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
pharmacognosy P217,415,421. Bailliere Tindall, East bourne, England.

6- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P338. Pitman Tindall, East bourne, England.

٧ - ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٤٧٩، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٨ - ابن سينا.
القانون في الطب. ج١، ص٣٧٥، دار صادر بيروت، لبنان.

٩ - الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٣٧٨، دار الثقافة الدينية، القاهرة، ج.م.ع.

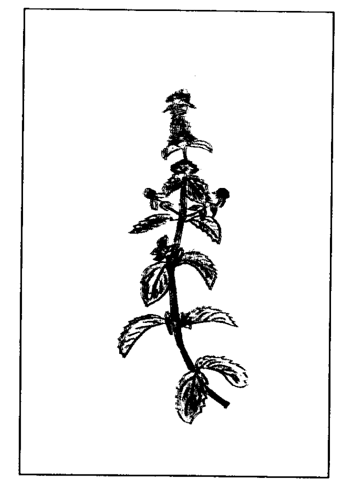
١٠ - العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٢٨١، دار الأهالي، دمشق، سورية.

١١ - الغساني، أبو القاسم بن محمد بن إبراهيم.
حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار. ص١٨٣، دار الغرب الإسلامي، بيروت، لبنان.

١٢ - لبنيه، د. محيي الدين (١٩٩٦).
النعناع... مذاق ونكهة ودواء. مجلة الفيصل، عدد ٢٣٥، مايو/يونيو، ص١٠٢.

* * *





عشب معمر تنتشر نمواته البرية بشكل خاص في المناطق الرطبة والمستنقعات والسبخ وعلى جوانب جداول المياه العذبة خاصةً في منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط، وهو أحد أنواع النعناع الفلفلي لكنه أشدها نكهة وأكثرها حرافة، ويُقطع النبات على مسافة ٨ ـ ١٠ سم من سطح الأرض وتبقى جذوره داخل التربة لتعاود نشاطها في إنتاج فروع خضرية جديدة، وتكون أوراقه ذات نكهة أشد وأكثر حرافة ولذعاً للسان من الأنواع الأخرى للنعناع، وكان يستعمل هذا النبات في الطب ثم قلت استخداماته، وقد يستعمل الزيت المستخلص من أوراق هذا النبات كمادة مكسبة للنكهة والرائحة في بعض أطباق الطعام.

أسماء النبات

نعناع بوليو ونعنع بوليو وفوتنج بري Penny royal واسمه

العلمي: Mentha puelgium من الفصيلة الشفوية Labiatae .

مناطق انتشار زراعته

الموطن الأصلي للنبات هو الدول المحيطة بحوض البحر الأبيض المتوسط وتوجد نباتاته البرية في مناطق عديدة من سورية مثل حوران وجبل العرب.

وصفه النباتي

نبات يتراوح ارتفاعه ١٠ ـ ٤٠ سم وساقه مستلقية ولها نهاية قائمة، وتنتشر جذوره داخل التربة ويخرج منها ساق جديدة من برعم خضري بعد جمع محصوله، وأوراقه لونها أخضر رمادي عليها شعر متقابلة منشارية الحافة ولها معلاق قصير وطول الورقة ٠,٨ ـ ٣ سم ويوجد على وجهها السفلي شعر وتتجمع أزهار النبات الزرقاء على شكل كرة حول ساقه.

الأجزاء المستعملة منه

يقطع النبات عادةً على ارتفاع ٨ ـ ١٠ سم فوق سطح التربة وتبقى الجذور داخل التربة ثم تجفف أوراقه في مكان ظليل قبل حفظها داخل عبوات محكمة القفل للمحافظة على خواصها الطبيعية.

مكوناته الفعالة

يحتوي النبات على زيت عطري وتانين وفلافون وجليكوسيدات،

ويستخلص زيته بواسطة عملية التقطير البخاري لأوراق النبات ويحتوي على مركب البيولجون Pulegone .

زيته طارد للحشرات

اكتشف العلماء أن زيت نعناع بوليو له خواص طاردة أو منفرة للحشرات كالبعوض لذا تبتعد عن الاقتراب من هذا النبات، ويستعمل البعض أقراص مشبعة بهذا الزيت توضع داخل جهاز مزود بمسخن حراري فيتطاير الزيت تدريجياً فتهرب الحشرات من رائحته.

مدر الطمث

في الماضي استعمل مستحضر نعناع بوليو وخاصة زيته المحتوي على نسب مرتفعة من مركب بيولجون pulegone الذي له تأثيرات مدرة لطمث المرأة emmenagoque عند تأخر حدوثه، ويؤدي تناول الأم الحامل كميات كبيرة من زيت هذا النوع من النعناع إلى حدوث الإجهاض وقد يصاحبه حالة تسمم شديدة تتصف بحدوث تشنج وتسمم كبدي تنتهي بالموت.

في الطب الشعبي

تعددت استخدامات هذا النبات كغيره من أنواع النعناع في علاج بعض الأمراض، ويفيد شرب مغلي أوراقه في الماء في الحالات العلاجية التالية مثل:

- في تخفيف حدة السعال والربو القصبي واضطرابات الجهاز الهضمي.
- مسكن للألم ومزيل لحالة التشنج والمغص المعوي.

مراجع البحث

1- Colin, I. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. p103.
Arlington book, King st. St. James, s. London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1066.
The pharmaceutical press, London. England.

3- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P217,423. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٤ - العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها. ص٢٨١، دار الأهالي، دمشق، سورية.

* * *



النعناع القرنفلي

قبل وقت طويل شاع استعمال النعناع القرنفلي في مناطق كثيرة من أوروبا وشمال أفريقيا مثل مصر في الطب والطبخ، واستخدم الإغريق والرومان النعناع بأنواعه في تعطير حماماتهم وكمجدد عام لصحتهم، وأدخل الرومان زراعته إلى إنجلترا، وزرعه الرهبان في حدائقهم خلال القرن التاسع الميلادي، واستعمل النعناع في إنعاش رائحة الغرف والمفروشات، وكان وما يزال من أكثر الأعشاب شعبية واستعمالاً في بعض المجتمعات البشرية، والنعناع القرنفلي من أكثر أنواع النعناع زراعة في الحدائق في إنجلترا.

أنواع النبات

يقول القاموس المحيط: (النَعنَاعُ والنَعنَعُ: بقلٌ) والنعناع القرنفلي Spearmint ونعناع الحدائق Garden mint وفليه ومنتها، ويضم هذا الطراز من النعناع عدة أنواع نباتية مثل:

١ ـ النعناع القرنفلي العادي Common spearmint: واسمه العلمي: Mentha spicata (M.viridis L.) ويزرع منه في المملكة العربية السعودية ما يعرف بالنعناع الحساوي وتكون أوراقه متقابلة في خروجها على فروعه وطويلة رمحية الشكل وغير مسننة ولاطئة (ليس لها عنق) طولها حوالي ٤ سم.

٢ ـ نعناع الماء: M.aquatica تنتشر نمواته في المناطق المحيطة بحوض البحر الأبيض المتوسط.

٣ ـ النعناع القرنفلي الياباني: M.canadenis var piperascens يزرع رئيساً لاستخلاص الزيت منه.

٤ ـ النعناع القرنفلي الإسكوتلندي: M.cardiaca .

وجميعها تتبع الفصيلة الشفوية Labiatae.

موطنه وانتشار زراعته

الموطن الأصلي لنبات النعناع هو جنوب أوروبا وبعض المناطق المطلة على حوض البحر الأبيض المتوسط مثل مصر، ثم انتقلت زراعته إلى مناطق كثيرة من العالم ومنها شمال أمريكا التي تزرع مساحات كبيرة منه لاستخلاص الزيت من أوراقه وقمم أزهاره، ويزرع أيضاً في إنجلترا والكثير من الدول العربية.

وصفه النباتي

عشب معمر قد يصل ارتفاعه نحو نصف متر، وتزدهر نمواته في المناطق الرطبة ذات التربة الغنية والطقس المعتدل والظليلة لحد ما، ويحتاج إلى رعاية مستمرة نتيجة سرعة انتشار جذوره داخل التربة،

ويجب إعادة زراعته كل ٣ ـ ٤ سنوات في منطقة جديدة لتجديد نشاطه وجني محصول أفضل منه، ويمكن تمييز النعناع القرنفلي عن النوع الفلفلي بفحص أوراقهما فتكون أوراق النوع الأول أقل تجعيداً ورمحية الشكل ويصل طولها نحو ٣ سم، وتكون قمم أوراقه حادة أو مستدقة الطرف، أما النعناع الفلفلي فتكون أوراقه بيضية الشكل وغالباً لاطئة (بدون عنق) ومتقابلة ولونها أخضر لامع خالٍ من اللون القرمزي، وأزهاره على شكل نورة سنبلية صغيرة لونها أزرق إلى بنفسجي.

الأجزاء المستعملة منه

تستخدم أوراق النبات وقممه الزهرية في صورتها الطازجة والجافة وكذلك الزيت المستخرج منهما.

مكوناته الفعالة

يحتوي النبات على زيت عطري وتانين وتكون أوراقه ذات محتوى مرتفع بالكاروتينات ـ مولد فيتامين أ ـ وكذلك فيتامين ج، وفيها نسبة جيدة من الألياف الغذائية، ولها مذاق حريف ورائحة عطرية نتيجة محتواها من الزيت العطري تختلف شدتها حسب أصنافه، ويتأثر تركيب النبات بالعوامل الوراثية واختلاف المواسم وحسب أصنافه، ويحتوي الزيت المستخلص من نباتاته الصغيرة في عمرها على نسبة أعلى من مركب كارفون carvone الذي يتحول إلى صورة داي هيدروكسي كارفون dihydroxy carvone في النباتات الأكبر سناً.

زيت النعناع

يحضر زيت النعناع المعروف تجارياً بروح النعناع بواسطة التقطير البخاري لأوراق النبات وقمم أزهاره، ويتركز معظم إنتاجه في شمال أمريكا وأوروبا، ويشترط احتواء الزيت القياسي على نسبة لا تقل عن ٥٥٪ من مركب الكارفون، والزيت لا لون له أو أصفر أو أصفر مخضر له رائحة مميزة للنعناع القرنفلي، ويسبب الشعور بالدفء عند تناوله ومذاقه مر، ويصبح أدكن لوناً عند تخزينه ويصبح عكراً عند تخفيفه في الماء، ويخزن داخل عبوات محكمة القفل بعيداً عن الضوء، ويحتوي زيت النعناع على كارفون وليمونين وفيلاندرين وأسترات، وتختلف نسبة الزيت في أوراق النبات وقممه الزهرية حسب عمر النبات وأصنافه ووقت جمع محصوله.

استعمالاته

تستخدم أوراق نبات النعناع القرنفلي في نفس الأغراض الطبية للنوع الفلفلي لتشابه محتواهما من الزيت العطري أهمها:

● في زيادة الشهية للطعام عند تناول أوراقه مع طبق سلطة الخضروات وفي تزيين بعض أطباق الطعام بها، وهو منعش ويجعل رائحة الفم مستحبة عند مضغ أوراقه.

● زيته له خواص مشابهة لزيت النوع الفلفلي لكن تكون نكهته أخف، وكلاهما يستعمل لنفس الأغراض الطبية في قطع رياح البطن Carminative وصناعة معاجين الأسنان وفي صناعات غذائية مثل لبان المضغ Chewing gums وفي عمل بعض المستحضرات التجميلية.

● يحضر منه في الماء الساخن مشروب منعش يفضله بعض الناس خاصةً خلال فصل الشتاء أو تضاف أوراقه إلى مشروب الشاي لإكسابه رائحته المحببة المرغوبة لأهل المملكة العربية السعودية وسواهم.

مراجع البحث

1- Colin, I. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. p99.
Arlington book, King st. St. James, s. London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1067.
The pharmaceutical press, London. England.

3- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P92, 101, 423. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٤ - الفيروزأبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب.
القاموس المحيط. طبعة ١٩٨٧، ص٩٩١، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.

٥ - المنظمة العربية للتنمية الزراعية (١٩٨٨).
النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي. ص٢٧٦، الجامعة العربية، الخرطوم، السودان.

* * *



نعناع الماء



عشب معمر قريب الشبه من النعناع ويسمى بوليو أو فوتنج بري، وجاء ذكره في بعض الكتب القديمة باسم الفوتنج والفوذنج وأسهب العلماء القدماء مثل ديسقوريدس وجالينوس في ذكر استخداماته الطبية ثم عرفه الأطباء العرب واستخدموه في علاج بعض الأمراض، وهو أحد أفراد النعناع القرنفلي، ويستخدم لنفس الأغراض الغذائية والطبية للأنواع الأخرى للنعناع.

أسماء النبات

نَعنَاعُ الماءِ ونَعنَعُ الماء Water mint وحَبقُ الماءِ وحَبقُ التِمساحِ

لانتشار نباتاته في المناطق الرطبة ذات المياه الوفيرة وكذلك الفودَنج والفوذَنج في الكتب القديمة، واسمه العلمي: Mentha aquatica. L من الفصيلة الشفوية Labiatae ، قال ابن البيطار في كتابه «الجامع لمفردات الأدوية والأغذية»: أن الفودنج له أجناس ثلاث: بري وجبلي ونهري، فأما البري فهو نبات معروف بعجمية الأندلس وعامة مصر تسميه فليه وباليونانية فليجن، وقال داود الأنطاكي في تذكرته بأنه الفوتنج وأن الفودنج هو نبات الحبق.

مناطق زراعته

الموطن الأصلي للنبات هو منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط مثل هضبة الجولان وحمص في سورية، وتنتشر نمواته البرية في الأماكن الرطبة وحول جداول المياه والبحيرات العذبة.

وصفه النباتي

ساق النبات قائمة ولونها محمر قليلًا، وأوراقه بيضية الشكل كبيرة الحجم طولها ٣ ـ ٦ سم ولها معلاق يخرج من الساق، وأزهاره تتجمع حول ساقه بشكل يشبه رؤيس قطره نحو ٢ سم، وأزهاره لونها أزرق بنفسجي.

في الطب القديم

استعمل القدماء نعناع الفوذنج كغيره من الأنواع الأخرى لهذا النبات، وقال عنه ديسقوريدس: ملطف مسخن منضج وإذا شرب أدر الطمث وأحدر المشيمة وأخرج الأجنة، وإذا قرب من الأنف مع الخل

ذهب بغشي المغشي عليه، وإذا تضمد به وحده وأدمن التضميد به إلى أن يحمر الموضع نفع من النقرس. قال جالينوس عنه: فيه حدة وحرافة ومرارة يسيرة صار يلطف تلطيفاً قوياً، والدليل الكافي في أنه يسخن أنه إذا وضع من الخارج كالضماد إحمر الموضع وإن تركه الإنسان مدة طويلة أحدث حرقة، وقال عنه صاحب القانون - ابن سينا: يلطف تلطيفاً قوياً بحدته ومرارته وخصوصاً البري وكذلك محمر مقرح وإذا شرب وحده أدر العرق ويسخن تسخيناً شديداً ويجذب من عمق البدن.

استخداماته

تستعمل أوراق النبات وقممه الزهرية لنفس أغراض الأنواع الأخرى للنعناع، كما يستعمل في الصيدلة في عمل محاليل غرغرة لتطهير الفم وفي قطع غازات البطن وإزالة النفخة فيها، وفي صناعة معاجين السنان ولتحسين رائحة العديد من المستحضرات الدوائية.

أنواع أخرى للنعناع

يوجد في العالم الكثير من أصناف النعناع منها:

١ - نعناع Bowles mint واسمه العلمي: Mentha roundifolia وهو ذو نكهة جيدة ونباتاته أكثر مقاومة للأمراض من النعناع القرنفلي، ويستعمل مثل غيره من أصناف النعناع.

٢ - Eau-de-cologne واسمه العلمي: Mentha citrata ويعرف أيضاً بنعناع البرتقال Orange mint ونعناع البرجموت Bergamont mint ويحتوي الزيت العطري المستخلص منه على مركب سيترال citral وهو شائع الاستعمال كمشروب منعش لشذى رائحته.

٣ ـ نعناع التفاح Apple mint أو نعناع الأناناس Pineapple mint: وكلاهما من أصناف النوع النباتي M.rotundifolia.

مراجع البحث

1- Colin, I. (1980).
Herbs and spices for health and beauty. p103.
Arlington book, King st. St. James, s. London, England.

2- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1067.
The pharmaceutical press, London. England.

3- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P423. Bailliere Tindall, East bourne, England.

٤ ـ ابن البيطار.
الجامع لمفردات الأدوية والأغذية. المجلد الثاني، ص٢٣٣، دار الكتب العلمية، بيروت.

٥ ـ ابن سينا.
القانون في الطب. ج١، ص٤٠٩، دار صادر بيروت، لبنان.

٦ ـ الأنطاكي، داود.
تذكرة أولي الألباب الجامع للعجب العجاب، الجزء الأول، ص٢٨٨، دار الثقافة الدينية. ، القاهرة، ج.م.ع.

٧ ـ العودات، د. محمد و لحام، د. جورج (١٩٨٧).
النباتات الطبية واستعمالاتها، ص٢٨٢، دار الأهالي، دمشق، سورية.

* * *



الهيل



جاء ذكر الهيل في الكتابات السنسكريتية Sanskrit writings لسسروتا Susruta لكن يصعب القول في أي منها بالتحديد عندما ظهرت لأول مرة في أوروبا، ولا زالت تستعمل مقادير كبيرة منه في احتفالات الهندوس وغيرهم، وظهر الهيل في قائمة التوابل الهندية التي عرفت في الإسكندرية حوالي ١٦٧ ـ ١٨٠ قبل الميلاد، وكان الملاح البرتغالي باربوزا Barbosa (عام ١٥١٤م) أول من ذكر مصدر هذا العقار من المناطق القريبة من ساحل مالابار Malabar coast واستوردت أوروبا كميات كبيرة من الهيل، وهو نبات عطري اكتسب شهرته من رائحة ثماره وما فيها من بذور ونكهته اللتان يفضلهما بشكل خاص

أهل شبه الجزيرة العربية في فنجان القهوة العربية الشهيرة وفي بعض أطباق طعامهم، وهناك من يضيف مسحوق بذوره إلى فنجان القهوة التركي كما في بلاد الشام وسواها، ويستعمله البعض في صناعة بعض الحلويات والشوربات لتحسين طعمها ورائحتها.

أسماء النبات

الهَالَ (في سورية)، الهيْلُ (في المملكة العربية السعودية)، الحبُهانُ (في مصر).

وبالإنجليزية cardamom fruit و cardamom seed .

واسمه العلمي: Elettaria Cardamomum minsucula var. minuscula .

من الفصيلة الزنجبيلية Zingiberaceae، وله أصناف عديدة تختلف في حجم الثمار ولونها مثل: ميسور Mysore ومالابار Malabar ومانجالور Mangalore نسبة إلى مناطق في الهند منها برية وأخرى مزروعة.

مناطق زراعته

توجد النباتات البرية والمزروعة للهيل بشكل رئيس في سريلانكا وجنوب الهند، وانتشرت زراعته في مناطق أخرى في العالم مثل وسط وجنوب أمريكا، والمصدر التجاري لثمار الهيل هو النباتات المزروعة منها.

وصفه النباتي

نبات معمر من كاسيات البذور، آحادي الفلقة، يشبه القصبة reed-like يصل ارتفاعه إلى ٤ متر أو أكثر، ويحمل أوراق طويلة

تخرج من جذور النبات، وأزهاره رايسمية وثماره علبية الشكل تتفتح على التتابع، وتستمر عملية إزهار النبات ونضج ثماره طول السنة تقريباً، لكن معظم محصول النبات يجمع خلال الفترة بين شهر أكتوبر (تشرين الأول) وديسمبر (كانون الأول) والبذور داخل الثمار لونها أسود لها رائحة أروماتية قوية ومذاق مر قليلًا.

الأجزاء المستعملة من النبات

تستعمل ثمار النبات شبه الناضجة بعد تمام جفافها، والبذور داخلها هي المستخدمة في مستحضراته الطبية وكتابل وتفصل عند الرغبة في ذلك ويجب عدم تخزينها بعده.

مكوناته الفعالة

تحتوي بذور ثمار الهيل على زيت طيار بنسبة لا تقل عن ٤٪ بالإضافة إلى نشا وزيت ثابت وأوكسالات كالسيوم، ويكون الزيت العطري المستخلص منها بواسطة التقطير البخاري لا لون له أو أصفر باهت، له رائحة ومذاق أروماتي حاد، يذوب هذا الزيت في الغول بنسبة ٧٠٪ بنسبة (١:٦) ويخزن على درجة حرارة لا تزيد عن ٢٥م في وعاء محكم القفل بعيداً عن الضوء.

فوائده العلاجية

- تستخدم مستحضرات ثمار الهيل والزيت المستخلص من بذورها كمادة مكسبة للنكهة والرائحة في بعض مستحضراته الدوائية.
- يفيد استعمال مغلي ثمار الهيل في الماء وزيته في قطع رياح البطن.

● يستعمل بذور الهيل وزيته في عمل مستحضرات صيدلانية مثل:

١ ـ زيت الهيل + زيت الكراوية + زيت القرفة + زيت القرنفل وصبغة الزنجبيل.

٢ ـ زيت الهيل + زيت الكراوية + زيت القرفة + الجليسرول مع المركب كوشينيال cochineal في الغول.

٣ ـ بذور الهيل + قرفة + كراوية + تخفيف بالغول وقد تلون هذه الصبغة وتخزن على درجة حرارة لا تزيد عن ٤٠ م في وعاء محكم القفل بعيداً عن الضوء.

استخداماته العامة

● يستعمل الهيل كمادة مكسبة للنكهة للقهوة بأنواعها العربي والتركي وكذلك الكاري (خلطة من التوابل).

● وفي صناعة بعض الفطائر والمخبوزات كما يضيفها بعض الناس إلى أطباق الطعام كالأرز والشوربات.

● يستخدم في عمل مشروبات غولية.

مراجع البحث

1- Reynolds, J.E.F. et al (eds) (1989).
Martindale. The Extra pharmacopoeia. p1061.
The pharmaceutical press, London. England.

2- Trease, G.E. and Evans, W.C. (1985).
Pharmacognosy. P462. Bailliere Tindall, East bourne, England.

3- Wallis, T.E. (1985).
Textbook of pharmacognosy. P253, 256, 616. Pitman Tindall, East bourne, England.

٤ - قبيسي، د. حسان (١٩٩٣).
معجم الأعشاب والنباتات الطبية. ص٤٠٩، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

٥ - قدامة، أحمد (١٩٨٥).
قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، ص٧٤٧، دار النفائس، بيروت، لبنان.

٦ - الورع، د. حسان، وكف الغزال، د. رامي، ومشنطط، د. أحمد هيثم (١٩٩٣).
النباتات الطبية والعطرية. ص٥٣٤، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية، حلب، سورية.

* * *

الفهرس

آثار للمؤلف

أولاً: المقالات العلمية:

١ ـ نشر المؤلف الكثير من المقالات العلمية على صفحات العديد من المجلات الثقافية العربية وما يزال.

٢ ـ نشر المؤلف عشرة بحوث علمية باللغة الإنجليزية في الدوريات العلمية.

ثانياً: الكتب المنشورة:

١ ـ العلاج الغذائي للأمراض.

٢ ـ الاستشفاء بالغذاء لا الدواء.

٣ ـ المرشد الطبي في علاج البدانة.

ثالثاً: كتب في طريقها للنشر:

١ ـ مشكلات صحية معاصرة... عرض وحلول.

٢ ـ الصوم في الصحة والمرض.

٣ ـ تطورات حديثة في علاج الأمراض.

٤ ـ نفحات طبية من الكتاب والسنة.

٥ ـ النباتات الطبية... تصنيفها النباتي ومكوناتها وفوائدها العلاجية.

٦ ـ دراسات في صحة الأم والطفل.

* * *

